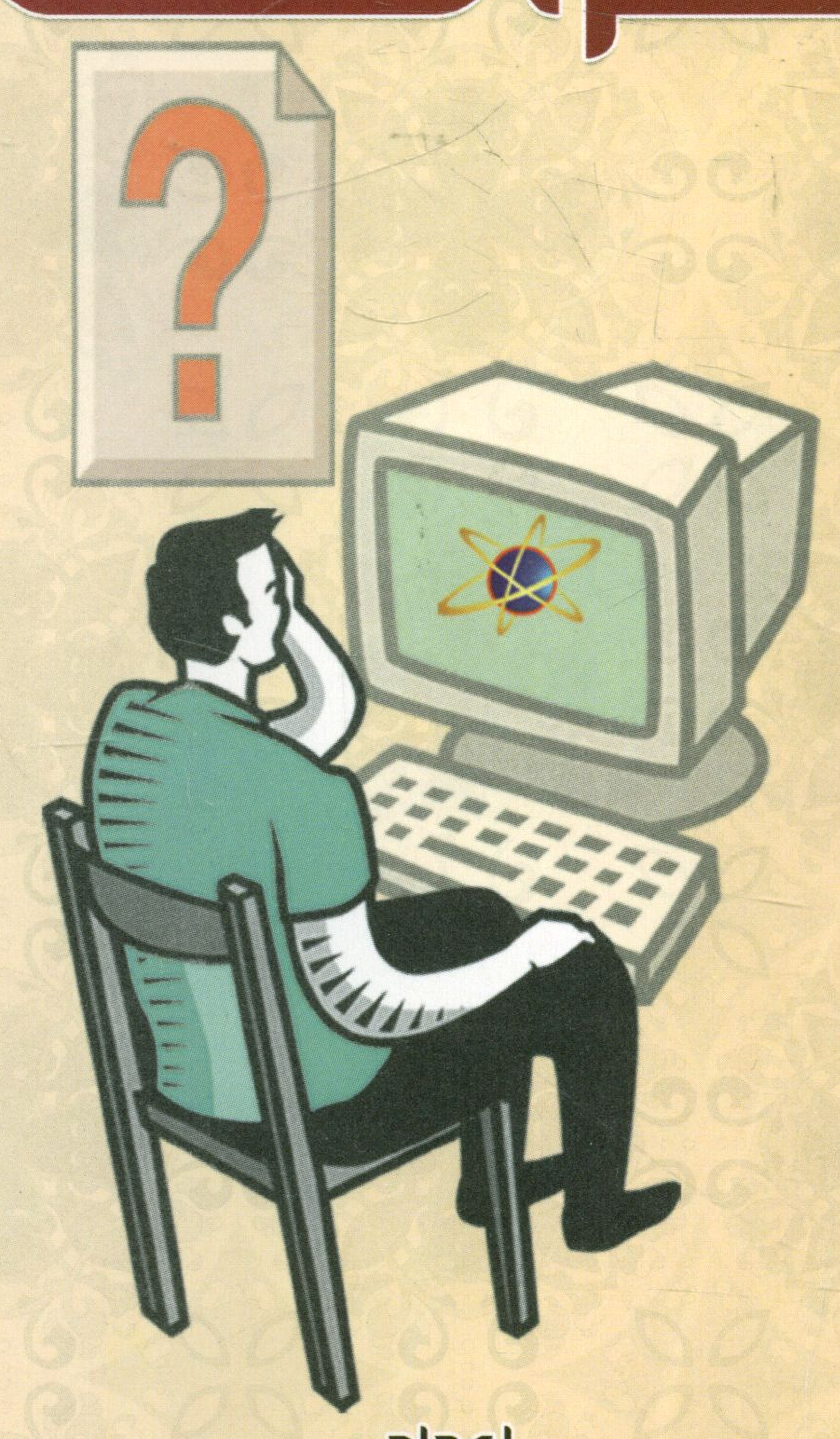




صيدلية المراهق



إعداد

د. إبراهيم بن يوسف الأقصم

صيدليـــة المـراهـــق

د. إبراهيم بن يوسف الأقصم

ⓒ دار الفيصل الثقافية ١٤٣٠هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية

الأقصم، إبراهيم يوسف

صيدلية المراهق / د. إبراهيم بن يوسف الأقصم .- الرياض ١٤٣٠هـ.

٨٠ ص؛ ١٥× ٢١سم

ردمك: ٦ - ٠٤ - ٨٠٣٢ - ٦٠٣ - ٩٧٨

١- المراهق - علم نفس	أ- العنوان

ديوي ١٥٥,٥	١٤٣٠/٥٦٧٥

رقم الإيداع: ٥٦٧٥/ ١٤٣٠

ردمك: ٦ - ٠٤ - ٨٠٣٢ - ٦٠٣ - ٩٧٨

الطبعة الثانية

١٤٣٠هـ / ٢٠٠٩م

دار الفيصل الثقافية

ص . ب ٣ الرياض ١١٤١١

هاتف: ٤٦٥٣٠٢٧ فاكس ٤٦٤٧٨٥١



المحتويات

المقدمة

الحمد لله وكفى، والصلاة والسلام على المصطفى صلى الله عليه وسلم، وبعد:

ما من أسرة في المجتمع أو مدرسة؛ إلا وتعاني من الشاب المراهق، وهو أمر طبيعي في ظل تغيُّرات هذه المرحلة، وأمام واقع العصر ومتغيراته.

يعيش بين ظهرانينا شباب لديهم مشكلات اجتماعية وجنسية، وقد يعانون من أمراض نفسية، ولا يجدون من يقدِّم لهم حلولاً أو علاجاً، أو يمد لهم يد العون.

ومرحلة المراهقة - بلا شك - فترة زمنية حرجة، لها أعراض إيجابية وسلبية. فالشباب في هذه المرحلة لهم ميول واتجاهات ورغبات وشهوات وحاجات، إذا لم تُحقق لهم في ظل إطار شرعي تربوي مرن ومتَّزن؛ فسيتيهون في لُجج الفتن ومزالق الرذيلة.

فعندما يمرض الفرد منا يذهب إلى الطبيب يستشيره، ويعرض عليه أمره؛ ليصف له الدواء المناسب. فالمراهق أَوْلى بتلمُّس أمراضه وأعراضه، ومشكلاته، وتقديم الرأي المناسب. لذا سميتُ كتابي هذا «صيدلية المراهق» مجازاً؛ للمساهمة في وضع الحلول المناسبة لمشكلات المراهقين.

وهذه الصيدلية متنقِّلة في متناول الجميع، تحتوي على: مسكنات، ومضادات، وفيتامينات، وطرق الوقاية المناسبة لعلاج بعض المشكلات. وأحب أن أُطمْئِنَ القارئ بأن مكوِّنات هذه الصيدلية مستمدةٌ من القرآن

والسنة، وكتب التربية الإسلامية. ومضمَّنة أيضاً ببعض خبرات المؤلف التربوية المتواضعة.

آمل أن ينال هذا الكتاب رضاكم، ويحقق الفائدة المرجوة. والله من وراء القصد.

د. إبراهيم بن يوسف الأقصم

المراهقة بين الإفراط والتفريط

تناول العديد من الكُتاب والأخصائيين موضوع المراهقة بإسهاب، ولقيت مرحلة المراهقة مزيد الاهتمام من علماء النفس وغيرهم من المعنيين بالتربية؛ لأنها مرحلة حساسة، بل وخطيرة في حياة الفرد.

إلا أن هذا الطرح لقي الإفراط عند البعض؛ فجاوز الحدَّ، فتأثر ببعض الكتابات الغربية التي أعطت المراهق حريةً غيرَ منضبطة، فراحت تسوِّغ أخطاءه، حتى رفعت عنه التكاليف، وأسقطت عنه العقوبات، فتُرك الحبل على غاربه للمراهق يفعل ما يشاء دون رادع.

وهذا النوع من الطرح؛ يعطي بعض الآباء الحرية المبالغ فيها للأبناء دون توجيه أو عقاب؛ بحجة أن هذه المرحلة مرحلة طيش لا يحاسب فيها الشباب... (لما يكبروا يعقلوا).

وفي المقابل لا يزال بعض الجامدين من الآباء مفرطين في حق المراهق وغير مدركين أهمية هذه الفترة، بل غير معترفين بالمراهقة... فيضيِّقون على الشباب ويشددون عليهم ويحاسبونهم على كل صغيرة وكبيرة، وشاردة وواردة؛ وإذا سألتهم عن السبب؛ قالوا: إننا نريد نجعلهم رجالاً!! معتقدين أن ذلك الأسلوب هو الذي سيبني مستقبلهم.

فالذين أفرطوا في ترك المراهق يفعل ما يشاء؛ جنَوْا من وراء ذلك الانحراف، والذين فرَّطوا في حقوق المراهق، ساهموا في خلق فرد مهزوز، عديم الثقة بنفسه، ضعيف الشخصية.

ويمكن القول: إن الفرق بين الإسلام والغرب في تناول موضوع المراهقة: هو أن الغرب يُسقط التكاليف وبعض القوانين عن المراهقين، كما هو معمول به في دساتيرهم. والإسلام يعدُّها مرحلةَ التكليف والمحاسبة والمسؤولية والرجولة، مع التنبيه على خصوصية التعامل مع هذه المرحلة ومراعاتها. والشواهد في ذلك عديدة، سيأتي الحديث عنها.

أخذ موضوع مراهقة الشباب اهتمام المربين المسلمين منذ وقت مبكر. وأشارت إليه النصوص القرآنية والأحاديث النبوية، ووضع له الفقهاء أحكاماً فقهية مُستقاةً من الشريعة الإسلامية، تحت عدة مسمَّيات، منها: البلوغ، أو سنُّ التكليف، أو التمييز.

قال تعالى: ﴿ وَإِذَا بَلَغَ الأَطْفَالُ مِنكُمُ الْحُلُمَ فَلْيَسْتَأْذِنُوا كَمَا اسْتَأْذَنَ الَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴾ [النور: ٥٩]

وفي الحديث: «رُفع القلمُ عن ثلاث»، وذكر منها: «الصبيُّ حتى يبلُغَ»[١]. ومن هذه الأدلة: قول الصحابيِّ عبد الله بن عمر رضي الله عنه: أن النبي صلى الله عليه وسلم لم يسمح له بالجهاد يومَ أُحدٍ وعمره أربع عشرة سنة، وأجازه يومَ الخندق وعمره خمس عشرة سنة [٢].

وفي الحديث: «إن الله لَيَعْجَبُ مِنْ شابٍّ ليس له صَبْوة» [٣].

والصَّبْوة: ميل إلى الهوى، وهي المَرَّة [٤]. وصبا: مال إلى الجهل والفُتُوَّة[٥].

وهذا الحديث فيه دلالة على أن استقامة الشاب من العجب. والاستقامةُ تعني الاستمراريةَ والدوامَ على الطاعات، والنفورَ عن المحرمات، وهو أمر ليس مِنَ السُّهولة بمكان على الشاب، إلا مَنْ عَصَمَه الله. ولذا جعل الله عز وجل الشابَّ الذي نشأ في طاعة الله مِنَ السبعة الدين يُظِلُّهم الله تحت ظله.

المراهقة ومراحلها

المراهقة: مِنَ الرَّهَق: السَّفَهَ والخِفّة وركوب الشر، وغشيان المحارم. تقول: راهق الغلام: قارب الحلم. قال تعالى: ﴿فَزَادُوهُمْ رَهَقًا﴾ [الجن: ٦]، أي سَفَهاً وطُغياناً [٦].

والمراهقة مشتقة مِنَ الفعل يراهق؛ أي: يبلغ أو ينتقل من مرحلة الطفولة إلى النضج[٧]، وتبدأ المراهقة من العقد الثاني في حياة الفرد من سن ١٢-١٩ تقريباً، أو بعد بعام أو عامين، لذلك من السهل تحديد بداية المراهقة، ولكن من الصعب تحديد نهايتها، وتعد هذه المرحلة حرجة في حياة الفرد ؛ لأنها تسبب له صراعات نفسية أو ضغوطاً اجتماعية[٨].

وقد جاء في الموسوعة أن المراهقة: «فترة تكتنفها أزمات ناشئة من جهة عن التغيرات الفسيولوجية - وظائف الجسم - المؤدية إلى النُّضج الجنسي، ومن جهة أخرى عن الضغوط الاجتماعية في الحضارات المتطورة»[٩].

لكن لا يُشترط أن يمرَّ كلُّ فرد بهذه المرحلة، فهناك أفراد مرُّوا بهذه الفترات بسلام دون مشكلات أو صعوبات، والشواهد في ذلك ليس لها حصر.

وتؤكد الدراسات النفسية أن الطفولة السَّوِيَّة تؤدي إلى مراهقة سوية. كما تؤكد أن الطفل الذي يعيش أجواءً أُسريةً مستقرة تقل لديه مشكلات المراهقين.

ويرى بعض الدارسين تقسيم هذه المرحلة ثلاثَ مراحل:

١- مرحلة المراهقة المبكرة وهي من سن ١٢ - ١٤ تقريباً أو ١٣ - ١٥، وتقابل المرحلة الدراسية المتوسطة. وخلالها يحدث البلوغ غالباً.

٢- مرحلة المراهقة الوسطى، وهي من سن ١٥-١٧ تقريباً أو ١٦ - ١٨، وتقابل المرحلة الدراسية الثانوية. وفي الغالب تسمى المراهقة.

٣- مرحلة المراهقة المتأخرة، وهي من سن ١٢-١٨تقريباً أو ١٢- ١٩ وتقابل المرحلة الدراسية الجامعية(١٠). وهي مرحلة الشباب.

وهذا التقسيم ليس حرفياً أو إلزامياً، فقد تتداخل هذه الفترات الزمنية حسب الظروف المحيطة بالفرد: كالبلوغ المبكر أو المتأخر، والبيئه المحلية، والثقافة السائدة.

وقفة: لم يكن مصطلح المراهقة هو المتداولَ بشكل واضح وجليٍّ في الكتابات التربوية كما هو في الوقت المعاصر، وكانت مفردات الشباب والفُتُوَّة والبلوغ والصَّبْوَة هي السائدة في حديث المربين قديماً. وقد يتحرَّج البعض من مصطلح المراهقة؛ لأنه شائع ومتداوَل بشكل واسع في الكتابات الغربية. ولا مشاحَّة في الاصطلاح، فمدلولات المراهقة اللغوية تشفع لنا باستخدام المصطلح في كتاباتنا دون حرج. والمهم أن المختصين يتَّفقون أن لهده المرحلة مظاهر وخصائص معترَف بها.

أنماط المراهقة

يرى البعض أن المراهقة لها أنماط عديدة، مرتبطة بنمط الشخصية أحياناً. ومن أبرزها:

١- المراهقة المتكيِّفة:

وهي مرحلة يكون المراهق فيه هادئاً نسبياً، ويميل فيه إلى الاستقرار العاطفي، وهذه المراهقة تكاد تخلو من التوترات الانفعالية الحادة. وغالباً تكون علاقة المراهق بالمحيطين به علاقة طيبة، حيث يتوافق مع المجتمع، دون أن يسرف في أحلام اليقظة أو الخيال.

٢- المراهقة الانسحابية المنطوية:

وهي تمثل المراهق المكتئب الذي يميل إلى الانطواء والعزلة السلبية، والتردُّد والخجل، والشعور بالنَّقص، وعدم التوافق الاجتماعي. وهنا يصرف المراهق جانباً كبيراً في التفكير بنفسه وحلِّ مشكلاته، أو التفكير والتأمُّل في القيم الروحية والأخلاقية. كما إنه يسرف في الهواجس وأحلام اليقظة أو الخيال.

٣- المراهقة العدوانية المتمردة:

يكون فيها المراهق ثائراً متمرداً على السلطة (الوالدين- المدرسة- المجتمع الخارجي) ويميل إلى توكيد ذاته، ومحاكاة الكبار ومجاراتهم في سلوكهم. وقد يكون السلوك العدواني صريحاً مباشراً، يتمثل في الإيذاء والعنف، أو غيرَ مباشرٍ؛ كالعناد والتحدِّي.

٤- المراهقة المنحرفة:

وهي على الصورة المتطرِّفة للشكلين المنسحب والعدواني؛ حيث الانحلال الخُلُقي والانهيار النفسي تماماً.

وعلى كل حال، فجميع هذه الأنماط لها أسباب مختلفة، لا تخلو جميعُها من المشكلات الأسرية، وهو ما سنلمَسُه عند ذكر أسباب انحراف المراهقين.

المؤسسات التربوية والدور المأمول منها في إصلاح المراهقين

لا بد من تكاتف الجميع نحو صناعة الحياة، وصناعة المستقبل، للشباب والمراهقين. فكفانا تحميل الأسرة والمدرسة المسؤولية، وكفانا توجيه اللوم للشباب؛ فنحن مطالَبون بتعويد الشباب على الجدِّية والعمل والإنتاج. فالإحصاءات والمؤشِّرات تبين أن الكثير من الشباب بدأ يعتاد عاداتٍ واتجاهاتٍ سلبيةً؛ كالسهر، والاستهتار بالعمل، والكسل، واللامبالاة، وضعف الهوية، ومحاكاة الثقافات الساقطة، والغزل، والتميُّع، ونبذ القيم ناهيك عن مشكلات المخدرات، والسرقة، والعنف.

ويكون ذلك من خلال المؤسسات التربوية، والأندية الصحية والرياضية، ومجالس الأحياء، والبرامج الرياضية، والثقافية والإعلامية، ومراكز التدريب؛ ولا بد من إتاحة الفرصة للحوار مع الشباب، وتقبُّلهم، والتسامح معهم، والتغافُل عن أخطائهم، لنبنيَ فيهم معاني الرجولة، ومعالم الشخصية، ونشحذَ طاقاتِهم نحو المعالي، ونوجِّه انفعالاتِهم نحو الخير، ونقدمَ لهم الحوافز، ونشجع فيهم المحاولات، وندربهم على المهارات.

أما المراهقون، فمنهم مَنْ يبالغ في ممارسة سلوكيات سلبية؛ بحجة أنه مراهق، وأنه لا يستطيع أن يكبح جِماحَه، أو غير ذلك. فنقول له: ليس عندك عذر، فأنت مكلَّفٌ، تعلم الحلال والحرام. وبإمكانك أن تضعَ حدّاً للاستهتار، وحاول أن تبحث عن الصديق الناصح الصادق، الذي يصدُقُك ويُصَدِّقُك، وتذكَّر أن كل نفس بما كسبت رهينة.

وقفة: لا بد أن يتفق الجميع على الحسم والضبط في الأمور.

مظاهر النمو عند المراهق وأبرز التطبيقات التربوية المناسبة لها

تأخذ فترة المراهقة مدة طويلة في حياة الفرد، تصل إلى عشر سنوات أو أكثر قليلاً، وخلالها تظهر على الفرد عدة مظاهرَ، إيجابية وسلبية.

ولقد تحدث علماء التربية والنفس عن هذه المظاهر، وقدموا لها بعض الآراء والتطبيقات التربوية المناسبة لها. إلا أن كلَّ إناء بما فيه ينضح : فكاتبٌ جاهل بالشريعة ومقاصدها يقدِّم نصائح للمراهق تُخِلُّ بدينه وخُلُقه، وآخر ينقل نقلاً حرفياً من الكُتَّاب الغربيين دون مراعاة للمبادئ والأخلاق والثقافة الإسلامية. وعلى هذا النموذج تجد بعض الكتابات تشجِّع الشباب على ممارسة الجنس، أو تكوين صداقات مع الجنس الآخر، (الغزل) بل ترى أن هذا الأمر من طبيعة المرحلة!!! بل يجازف البعض عندما يرى أن حل مشاكلات المراهق النفسية والاجتماعية تكمن في بناء علاقات مع الجنس الآخر [١١].

وعلى كل حال؛ فإن هذه المرحلة تظهر عليها مظاهرُ نموٍّ مختلفة: (جسمية وحركية وعقلية وانفعالية واجتماعية)[١٢]. سنحاول إيجازها مع تقديم التطبيقات التربوية المناسبة لكل مظهر باختصار، ثم يأتي تفصيلُها في مبحث الصيدلية

أولاً : النمو الجسمي والحركي:

- البلوغ، وهو حدوث قذف منوي، ويحدث ذلك بين سن ١٢-١٨ عام تقريباً.

- زيادة في الطول والوزن، فقد يزيد وزن المراهق في السنة الواحدة ١٨-٢٢كجم، وقد يزيد طوله إلى ١٥ - ٢٠ سم.
- تغير شكل الوجه، حيث تتضخَّم الأنف، وتصبح أبرزَ ما في الوجه.
- ويظهر على الجسم عدم التوازن، وقد تنمو الأجزاء العلوية قبل السُّفلية، وقد تطول الذراعان بشكل ملفت.
- ظهور الشوارب وحَبِّ الشباب، وخشونة الصوت.
- كِبَر الأعضاء التناسلية.
- يهتم بالألعاب الرياضية، وزيادة النشاط والحيوية.
- تصل الانفعالات الجنسية إلى قمة نشاطها.

ملاحظات:

- متى يذهب المراهق إلى الطبيب؟...إذا احدودب الظهر، أو استدارت الكتفان. وإذا تأخَّر الشاب في البلوغ إلى سن ١٨، لابد من عرضه على الطبيب المختص.
- يتفاوت سن البلوغ؛ فعند أهل البلاد الباردة يتأخر عن أهل البلاد الحارة.
- أسباب تأخر البلوغ أحياناً يعود إلى عواملَ وأسبابٍ وراثية، أو نفسية، أو هرمونية، أو سوء تغذية.
- لا بد من التفريق هنا بين السوائل الآتية: المني، والودي، والمذي:
- المنِيّ: سائل ثقيل أقرب إلى الصُّفرة، يخرج بشهوة عند الاحتلام، أو الجماع، أو ما شابهه، وهو غيرُ نجس، لكنه يُوجبُ الغُسْلَ.

- الوَدْي: سائل لونهُ أبيضُ، متقطّع، يخرج عَقِبَ الإنزال، ويخرج بعد البول، ويظهر أحياناً أثناء الغسل، وهو نجِس، لا يُوجب الغسل.
- المذي: يظهر مع تهيُّج الشهوة، وهو سائل أبيض لزِج، نجس، لا يُوجبُ الغُسل.
- العادة السرية تكْثر في هذه المرحلة.
- سن البلوغ (التكليف) يتحدَّد بثلاثة أمور شرعية: الاحتلام، أو ظهور شعر العانة، أو بلوغ سن ١٥سنة.

تطبيقات تربوية:

- ضرورة المصارحة في مسائل البلوغ؛ وذلك باستغلال بعض المواقف الاجتماعية للحديث في هذا الجانب دون حرج. ويجب التأكُّد من قضية البلوغ، خاصة في المراهقة المبكرة؛ لِمَا يترتب عليه من أحكام فقهية، وواجبات شرعية؛ كالصلاة والصيام، وعدم الدخول على النساء غير المحارم.
- ضرورة إبعاد المثيرات الجنسية قدْر الاستطاعة، فهي مسؤولية الأبوين، مع الحكمة والمرونة في التعامل مع الأبناء في هذه المرحلة.
- التركيز على التغذية الجيدة، والإقلال من المأكولات السريعة، والمشروبات الغازية. فقد أثبتت الدراسات ضررَ الإكثارِ منها، أو الإفراطِ في تناولها.
- إعطاء المراهقين فرصة أكثر في ممارسة الرياضة والنشاط والحركة؛ لأنها مرحلة بناء للجسم. والرياضة تكبح الشهوة، وتُبعد الشباب

عن التفكير في الجنس.

- عمل سياج وقائي؛ كتجنيب المراهقين حالات الفراغ.
- ضرورة التركيز على قضية التستُّر، (اللباس الشرعي).
- التحذير من المحرمات الآتية: اللواط، الزنى، التدخين، المخدرات.
- التركيز على الجانب الإيماني في تعميق مفهوم مراقبة الله وخشيته.

ثانياً: النمو العقلي: وتبرز فيه السمات الآتية:

- تنمو عملية التذكُّر.
- ينمو الذكاء العام بسرعة، وتبدأ القدرات العقلية في التمايز.
- تزداد قدرته على تعلم المهارات واكتساب المعلومات.
- نمو التفكير والقدرة على حل المشكلات.
- تظهر لديه القدرة على التحليل والابتكار.
- تتَّضح لديه المفاهيم المعنوية: كالخير والشر، والصواب والخطأ، والعدالة والظلم.
- يحدث عند المراهق أحياناً ضعفٌ في الذاكرة وشرود في الذهن.

ملاحظات: ضرورة تلمس مواطن الإبداع والموهبة عند المراهق.

التطبيقات التربوية:

- الابتعاد عن تعيير المراهقين بعمل الموازنات بينهم وبين الآخرين في التحصيل الدراسي والذكاء والفهم؛ مما يسبِّبُ إحباطاتٍ وإخفاقاتٍ مستمرةً لهم.

- خطورة الدروس الخصوصية؛ تكمن في استمراريتها طوال العام، ومن دون داع. لا بد من تشجيع المراهق على التعلم الذاتي والتفكير العلمي ليواجه الحياة بجدية وحتى لا يكون اتكالياً يعتمد على غيره، بسبب تلك الدروس الخصوصية التي كان يتلقّاها في جُلّ المواد.
- ضرورة إشراك الأبناء في دورات مهارية تطبيقية.
- التفوق في الدراسه لا يعني الذكاءَ؛ فلا نبالغ في قضية الترتيب والنّسب.
- الابتعاد عن المشاجرات الأسرية التي تُشتّت ذهن المراهق، لأنه بحاجة إلى التركيز، كما أنه أصبح يعي ويعلم ويفرّق بين الصواب والخطأ.

ثالثاً: النمو الاجتماعي، ويظهر ذلك فيما يأتي:

- يميل المراهق إلى الاتصال الشخصي ومشاركة الأقران في الأنشطة الأخرى.
- يهتم بمظهره وأناقته بصورة مبالغ بها.
- يميل إلى الاستقلالية داخل الأسرة، ولا يحب المساعدة. (الفطام النفسي).
- يساير الجماعة والرغبة في تأكيد الذات، أي حب الظهور (المنافسة).
- الحساسية للنقد، والميل إلى الجدل مع الكبار.
- السخرية والتعصب، وارتفاع الصوت.
- يتأثر بالبيئة المحيطة به من أصحابه (التقليد والمحاكاة).

- يميل إلى الرغبة في الزواج دون إدراك الجوانب والمصاعب الحياتية الأخرى.
- الميل أحياناً إلى العزلة والانطواء، والخجل، (الرهاب الاجتماعي).

ملاحظات:

- ضرورة انتباه الوالدين لقضية الصحبة والصداقة ومتابعتهما لذلك.
- العشق بين المراهقين يظهر بقوة في هذه المرحلة. ويبدأ بالإعجاب.

التطبيقات التربوية:

- عدم توبيخ المراهق أو تحقيره أمام الآخرين.
- تعزيز مبدأ الثقة لديه، بالتقبل والتقدير، مع إشعاره بالأمان.
- فتح مجال الحوار الهادئ، والصبر على عصبيته.
- تكليفه بالأعمال التي يطيقها.
- تعزيز مبدأ الثواب والتحفيز.
- عدم التدقيق في الأخطاء، فالتغافُل والمداراة نصف العقل.
- إتاحة الحرية له بضوابطَ، مع تحميله المسؤولية عن تصرفاته.
- عدم الإكثار عليه بالنصائح والتوجيهات.

رابعاً: النمو الانفعالي (الوجداني):

- خيال خصب وأحلام يقظة. (سيارات، سباقات، العالمية).

- الشعور بالقلق والخجل والخوف الشديد أحياناً (مرض الفوبيا).
- ظهور أنماط انفعالية مختلفة؛ مثل: الحُبّ، والغضب، والغيرة، والكآبة.
- يُكثر من حديث النفس، حيث يخاطب نفسه؛ إما للتأنيب أو الاعتراض.

قال الشاعر:

وإنّ سَفاهَ الشيخ لا حِلْمَ بعدَه   وإنَّ الفتَى بعدَ السَّفاهة يَحْلُمُ

التطبيقات التربوية:

- ضرورة التركيز على ما يثير العواطف والشَّجَن؛ كسرد القصص، وأخبار الجنة والنار، وقصص القبر، وحسن الختام، والحوادث والنهايات المؤلمة، مع ضرب الأمثلة من الواقع، والتركيز على تحقيق التحديات وإثبات الذات.
- استنبات بذور الخير الموجودة داخل الشاب، واستثارته نحو الهمة والمعالي.
- تدريبه على بعض المواقف الاجتماعية؛ لاجتثاث الخجل أو الخوف، مع مراعاة التدرج والاستمرارية[٢١].

من صفات المراهق الممقوتة

أبرز صفات المراهقين الممقوتة التي نراها ونسمع عنها ونتلمّسها، هي:

- عقوق الوالدين.
- ممارسة الجنس.
- العادة السرية.
- اللواط.
- الميوعة (التشبه بالنساء).
- الغزل والمعاكسة في الأسواق وغيرها.
- السرقة.
- التدخين.
- المخدرات.
- التهاون في الصلاة، أو تركها بالكلية.
- التعصب.
- السرعة الجنونية والتفحيط.
- التمرد على الأنظمة.
- القصّات والتقليعات الغريبة والجديدة.
- الرقص على السواحل وبعض الشوارع.
- السهر بكثرة خارج المنزل.
- السب والشتم القبيح.

- الكذب.
- العنف والمضاربات.

ملحوظة: هذه الصفات تتفاوت من بيئة إلى أخرى ومن مرحلة لمرحلة.

الأسباب التي تؤدي إلى انحراف المراهق:

أبرز الأسباب التي تؤدي إلى انحراف المراهقين:

- التفكُّك الأسري.
- حالات الطلاق.
- رفاق السوء.
- تخلّي الأبوين عن وظيفتهما في التربية.
- غياب القدوة.
- مشاهدة أفلام الجنس والجريمة.
- التدليل المفرط.
- الشدة الزائدة.
- السفر للخارج. (نسبي)
- الفقر أو الغنى [١٤]. (نسبي)
- تناقل أخبار الجرائم والموبقات بين الشباب عبر (الإنترنت والبلوتوث).

صيدلية المراهق

تحت هذا العنوان سنضع بين يدي القارئ الكريم بعض الحلول المناسبة لعلاج أعراض المراهقة السلبية، وهي كالمسكِّنات، والفيتامينات، والمضادات، التي تحتوي عليها الصيدلية، مع توضيح بعض الإرشادات الوقائية ليستفيد منها الأب، والمعلم، والداعية.

وقبل الدخول في دهاليز هذه الصيدلية، لا بد أن نقف على ماضي المراهق (أي طفولته)؛ وذلك من خلال الأسئلة الآتية:

- هل أُعطي المراهقُ في طفولته الحبَّ والحنان والرعاية ؟
- هل اعتاد المراهق في طفولته على الانضباط والحسم مِنْ قِبَل الأسرة؟
- هل وجد المراهق في طفولته القدوة الحسنة ؟
- هل تلقَّى المراهق في طفولته المبادئَ الصحيحة والعاداتِ الحسنةَ؟

فإذا كانت الإجابة على هذه الأسئلة بالنفي؛ أي: لا، ولم تتحقق هذه الأسئلة للمراهق في طفولته. فلا بد من إيجاد الحلول المناسبة، لأن هذه الأسئلة تمثل المبادئ الأربعة أو الخطوط العريضة للتربية الإسلامية في الطفولة؛ وهي:

١- الحب والحنان والرعاية.

٢- الضبط والحسم.

٣- القدوة.

٤- التلقين والتعويد[١٥].

فإذا فقد المراهق في طفولته التنشئة الصالحة، أو وجد مِنْ أقران السوء مَنْ يغيرِّ مسارَه، ويؤثِّر على تفكيره، فلا بد مِنْ وضع الوسائل المناسبة لعلاجه.

وسائل العلاج (محتويات الصيدلية)

أولاً : الدعاء :

قال تعالى: ﴿ وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا ﴾ [الفرقان : ٧٤] .

الدعاء له أثر عجيب إذا أُخذ بأركانه، وأسبابه، وآدابه؛ مِنْ تمجيدٍ لله وثناء على النبي صلى الله عليه وسلم، والدعاء في الأوقات المستجابة: كالسَّحَر، ونزول المطر، وفي السجود، وأدبار الصلوات. فالدعاء مِنْ أوجب الواجبات، مَعَ الأخذ بالأسباب دون الركون إليها.

ثانياً : بناء الثقة عند المراهق : (خطوات عملية)

حتى نكسب المراهق؛ علينا القيام بالخطوات الآتية:

- لمسات أبويه حانية، كالضم والتقبيل والحضن.
- كلمات طيبة ذات أثر وجداني.
- تشجيع وتحفيز وثواب مستمر.
- الشفقة والرحمة واللين والعطف.
- الرفق؛ وهو أعظم مبدأ في التربية.

وجماع هده الخطوات مستمدة من القرآن والسنة. قال تعالى: ﴿ فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴾ [آل عمران : ١٥٩]

عن عائشة رضي الله عنها، قالت: أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «إن الله رفيق يحب الرِّفق، ويعطي على الرِّفق ما لا يعطي على العنف»[١٦].

وعنها أيضاً، قالت: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «إن الرفق لا يكون في شيء إلا زانَه، ولا يُنزع من شيء إلا شانَه»[١٧].

ثالثاً: المجالسة والمصارحة والحوار الفردي: (خطوات عملية)

ويفضل أن تُراعى الخطوات الآتية:

- أن يكون الزمان والمكان مناسبين.
- إعطاء المراهق فرصة للحديث وإبداء الرأي.
- الاستماع والإنصات له باهتمام.
- الابتعاد عن الفوقية والتسلطية عند الحديث معه.
- البعد عن السخرية والاستهزاء.
- البعد عن التقريع والنقد.
- الابتعاد عن الوعيد والتهديد.
- الإقناع وتوضيح الخطأ.
- مساعدته في إيجاد الحلول.

ولنا في رسول الله صلى الله عليه وسلم أسوة حسنة؛ فعندما جاءه شاب يرغب في الزنى، ويستأذنه في ذلك، فما نهر، ولا عنَّفه، ولا وبَّخه، بل ردَّ عليه صلى الله عليه وسلم رداً مقنعاً وهادئاً، قائلاً له: أفتحبُّه لأمك.. أفتحبه لابنتك.. فكانت إجابة الشاب بالنفي، وخرج مِنْ عند رسول الله صلى الله عليه وسلم وأبغضُ شيءٍ إليه هو الزنى[١٨].

رابعاً: الثواب والحوافز:

يعد الثواب من أنجح الوسائل التربوية في تغيير سلوك البشر؛ فهو أسلوب ربانيٌّ ونبويٌّ، فنحن نعبد الله طمَعاً في ثوابه وخوفاً من عقابه، وقد أعدَّ الله جنةً عرضُها السماوات والأرض لكل مؤمن ثواباً وحافزاً للعمل الصالح، قال تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ كَانَتْ لَهُمْ جَنَّاتُ الْفِرْدَوْسِ نُزُلاً﴾ [الكهف: ١٠٧]. وقد ذكر رسول الله صلى الله عليه وسلم أحاديثَ جَمَّةً لحث المسلم على العمل الصالح، لتكون دافعاً له: فعن أبي هريرة رضي الله عنه، قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «ألا أدلُّكم على ما يمحو الله به الخطايا، ويرفع به الدرجات؟ قالوا: بلى يا رسول الله. قال: إسباغُ الوضوء على المكاره، وكَثرة الخُطا إلى المساجد، وانتظارُ الصلاة بعد الصلاة، فذلكم الرباط، فذلكم الرباط»(١٩).

ويلحظ أن بعض المربين يتناسَوْن الثواب، ويسارعون في العقاب. فالثواب له سحر عجيب في تغيير النفوس والطباع، وقد قال رسول الله: «تهادوا تحابُّوا»(٢٠)، والهدية من أنواع الثواب؛ كم لها من أثر في قلوب الناس! وكم غيَّرت سلوك المتباغضين! والمتأمل للشريعة يجد أن هناك أناساً دخلوا في الإسلام أولَ الأمر طمعاً في المال والحلال والرسول صلى الله عليه وسلم يعلم ذلك.

وقد شرع الشارع مبدأ تأليف القلوب. ومن المعلوم أن المؤلَّفَة قلوبُهم ضمن الأصناف الثمانية التي تُقدَّم لهم الزكاةُ؛ والحكمة من ذلك هي تثبيتُ المسلم على دينه(٢١).

فما المانع من تأليف قلب المراهق بإعطائه المصروف الجيد، واللباس الجميل. والحوافز المتنوعة: لتحبيبه في طرق الخير، وإبعاده عن طرق الشر.

لا شك أن هذا سيؤثّر على المراهق. ويجعله قريباً منك، ويستمع إلى توجيهاتك، فالوصول إلى العقل يأتي عن طريق القلب.

إلا أنه لا ينبغي المبالغةُ في مبدأ الثواب: بإعطاء الشاب المراهق كلَّ ما يرغب، وتلبية كل ما يحتاجه، خاصة الأمهات اللاتي تغلب عليهن العاطفة.

فقد أثبتت التجارب أن المبالغةَ في الدلال والإفراطَ في الثواب يزيدُ من عقوق المراهق وتمرُّده على الأسرة. ومما يلحظ أن الأمهات المطلقات، يبالِغْن في الثواب أو العطاء للأبناء لكسب جانبهم ضدّ الأب المطلّق، وهذه من الأخطاء التربوية التي تسهم في غرس الأنانية وحب الذات عنده.

والثواب نوعان: ثواب إيجابي، وهو ما ذكر سابقاً، وثواب سلبي، ويكون بحرمان المراهق من مألوفاته ومرغوباته حتى يشعر بخطئه. وهو ما يُسَمَّى بالعقوبة المعنوية.

خامساً: إشغال وقت الفراغ: (خطوات عملية)

إن الشباب والفراغ والجِدَه   مفسدة للمرء أي مفسده

وعلماء التربية يقولون: إن استنفاد طاقة الشاب في عمل الخير وشغل أوقات فراغه من الوسائل التربوية الجيدة(٢٢).

فالشاب لديه طاقة فائقة وفراغ قاتل، إذ لم يُحسن توظيفها لاستغلال هذا الفراغ سيصبح هذا الشابُّ منصرفاً إلى وسائل الإفساد، كالفضائيات

المسورة بحِمَم الجنس، والمجلات الخليعة، والأغاني الماجنة، والرقص الخليع، أو ما يسمِّيه البعض (فديو كليب).

ويمكن إفادة المراهق في الأعمال الآتية، مع مراعاة رغبته في ذلك:

- تسجيله في مركز صيفي أو ناد رياضي لمارسة الرياضة بأنواعها.
- إشراكه في دورات متنوعة؛ كالحاسب الآلي وغيرها.
- حبذا لو وُضع للمراهق غرفة في المنزل أو سطح العمارة تكون كالورشة، يقوم فيها ببعض الأعمال المهنية، لتنمية حب العمل عنده، وتنمية مهاراته الحركية والفنية، وزيادة قدرته على الابتكار؛ مما يسهم في القضاء على الفراغ، خاصة إذا كان ممن لا يميلون لإكمال الدراسة.
- إشغاله بشراء بعض حاجيات البيت ومتطلباته.
- تكليفه بالقيام ببعض الأعمال النافعة.
- اصطحابه في الزيارات الأسرية.
- تنمية حب القراءة والاطلاع، بتوفير مكتبة منزلية يساهم المراهق في شراء كتبها وترتيبها. وحبذا أن تكون هذه الكتبُ متنوعةً، تلبي حاجة المراهق، فالمراهق لديه حب استطلاع للغرائب والمغامرات والقصص البطولية.
- إيجاد مكتبة سمعية ومرئية يتم اختيار مادَّتها بعناية.
- إدخال بعض القنوات الرياضية والثقافية، مع الأخذ بالضوابط الشرعية.
- تعويده على أن يكون الضبط والانضباط منه لا من غيره.

وقد يندفع بعض الآباء والمربين بالضغط على المراهق، وتكليفه ببعض البرامج التي لا تمثِّل رغبتَه وطموحَه أو ميولَه، وهي أكبر من قدراته. من هنا يجب أن يدرك المربي أن توجيه الفرد حسب قدراته وطاقاته وظروفه، منهج نبويٌّ، فقد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يختار لكل مهمة رجلاً له ميزات تتناسب وهذه المهمة. فعندما طلب أبو ذر رضي الله عنه من النبي صلى الله عليه وسلم الإمارة، قال له: «إنك ضعيف»(٢٣). وعندما جاء الرجل يطلب النصيحة من الرسول صلى الله عليه وسلم قال له رسول الله صلى الله عليه وسلم: «لا تغضب» وردَّد مراراً: «لا تغضب»[٢٤].

يدلُّ ذلك على أن النبي صلى الله عليه وسلم وجَّهه أولاً إلى التحكُّم في قوته بعدم الغضب. فمبدأ التدرُّج وعدم الاستعجال هو منهج تربوي سليم.

فالعبرة في تعديل السلوك بوجود الدافعية والرغبة؛ لأنها أساس التغيير.

سادساً: العقاب:

يرتبط مفهوم العقاب عند بعض الآباء والمربين بالعقاب البدني. ويفضل الكثير من الآباء هذا النوع من العقاب؛ لأنه أقصر الطرق - في نظره - لحل مشاكسات المراهق ووأدها دون إدراك عاقبة ذلك.

وعندما نناقش قضية الضرب، سرعان ما يُذكر لنا حديثُ الرسول صلى الله عليه وسلم: «علمُوا أبناءكم الصلاة لسبعٍ، واضربوهم عليها لعشرٍ»[٢٥]، دون إدراك فقه هذا الحديث وحكمة الإسلام منه.

ومن تأمَّل الحديث، يجد أن الفترة التي تركها الإسلام بين سن السابعة والعاشرة كافيةٌ لتعلُّم الطفل أمرَ الصلاة، فإذا لم يستجب بعدها لذلك، فهو يستحق الضرب؛ أي: إن الإسلام ترك مجالاً للترغيب والتعليم أولاً.

العقاب ليس غايةً، بل وسيلةٌ لتحقيق غايةٍ؛ فالشريعة استخدمت الحدود والعقاب؛ لحفظ الكلِّيَّات الخمس: الدين، والمال، والعرض، والنفس، والعقل[٢٦].

والملحوظ أن صور العقاب وأمثلته في القرآن والسنة أقلُّ بكثير مِنْ صور الثواب.

والأسئلة التي نطرحها على الأب عند ممارسته لأسلوب الضرب البدني هي:

- هل استخدمت الضرب حلاً أخيراً للمشكلة ؟
- عندما استخدمت الضرب، هل خرجت عن طوْرك وضربت بحُمق وشدة؟
- هل تحقَّق مرادُك عند استخدامك للضرب ؟

نتفق جميعاً أن العقابَ البدني مطلوب (بضوابط)، لا ما تُردِّده التربية الغربية الحديثة من هذيان بمنْعِه تماماً، وتصنِّفه ضمن مفردات العنف.

والسؤال المطروح:

متى يكون العقاب البدني ؟ وكيف ؟ وهل يصلح للمراهق ؟

وحتى يحقق العقاب أهدافه لا بد من الضوابط الآتية:

١- أن يكون آخر العلاج؛ أي: بعد استنفاد الأساليب العلاجية الأخرى.

٢- أن يشعر المراهق بفداحة خطئه.

٣- ألا يكون العقاب للإهانة والإذلال والتحقير.

٤- عدم ضرب الوجه، والبعد عن المناطق الحساسة والكلمات الجارحة؛ كالرأس والصدر والبطن.

٥- عدم المبالغة في الضرب، والأفضل التدرُّج فيه.

٦- عدم الضرب أمام الآخرين؛ إلا لتحقيق مصلحة.

والحقيقة أن التدرُّج في العقوبة له أثر قوي؛ فالعقوبة نوعان: عقوبة معنوية، وعقوبة حِسِّيّة. فينبغي أن يلجأ المربي إلى العقوبة المعنوية، ثم العقوبة الحسية»[٢٧].

ثم نأتي إلى قضية مهمة، وهي: ماذا بعد العقاب ؟

هل سيظل الأب معادياً لابنه ؟ .... هل سيعتذر الابن لأبيه ؟

نحن ندرك أن ضربنا لأولادنا هو مِنْ حرصنا عليهم، ورغبتنا في إصلاحهم؛ لذا على الأب أن يتخذ الخطوات الآتية بعد الضرب:

١- إظهار الشفقة على الابن إذا أقرَّ بالخطأ. والصفح عنه.

٢- لا تجبر الابن على فعلِ شيء وهو غاضب، حتى لا يعصيَك.

٣- لا تمنعْه مِنْ فعل شيء وهو غاضب.

أيها الأب الكريم: هل ضَرْبُك لابنك ساهم في حلِّ المشكلة، أو زاد في تعقيدها ؟

إن العقاب البدني قد يكون من أكبر الأسباب في انحراف المراهق؛ فاستخدامه في فترة المراهقة لا بد أن يكون في أضيق الحدود، وللمراهقة المبكرة فقط (المرحلة المتوسطة)، أما المراهقة الوسطى، والمراهقة المتأخرة، فأرى عدم استخدامه بتاتاً.

ولوزارة التربية والتعليم نظرة تربوية سديدة في منعها للضرب؛ لِمَا ترتب

عليه من جنايات، وعاهات، ومشكلات، فلم التباكي على منع الضرب في المدارس؟!!

وقد أثبتت الدراسات والتجارب أن كثرة الضرب تؤثّر على العقل، والنفس، وتخلُق عند المراهق سلوكياتٍ سيئةً، لا يمكن إصلاحُها أو تغييرها؛ كالكذب، والتمرد، وضعف الشخصية، والاكتئاب، والتردُّد، والهروب من المنزل، واللجوء إلى أصحاب السوء، والعقوق، والحقد، والكراهية، وحب الانتقام.

ومضة:

علينا أن نبتكر بدائلَ العقاب، ومَنْ حمل همَّ التربية فتق الله على لسانه الحكمة.

سابعاً: الصديق (القرين):

عن المرءِ لا تَسَلْ وسَلْ عن قرينِه فكلُّ قرينٍ بالمقارَنِ يقتدي

إن خير تشبيه للقرين هو قول الرسول صلى الله عليه وسلم: «إنما مَثَلُ الجليسِ الصالحِ والجليسِ السوء كحاملِ المسك ونافخِ الكِيرِ؛ فحاملُ المسك: إمَّا أن يُحْذِيَك، وإما أن تبتاعَ منه، وإما أن تَجِد منه ريحاً طيبةً، ونافخُ الكير: إما أن يحرِقَ ثيابَك، وإما أن تجدَ منه ريحاً مُنتنةً»[٢٨].

كم مِنْ أسرٍ اجتهدت في تربية أبنائها تربيةً صالحة، وجاءها البلاءُ من الصُّحبة السيئة.

فهذه القضية نعاني منها بشكل واضح؛ لأننا لا نستطيع السيطرةَ عليها بسهولة؛ فالصديق السيئ يوجَدُ في الشارع والمدرسة، ولا يمكن مراقبةُ المراهق في كل لحظة. .

قد تكون المدرسةُ سبباً في انحراف الشاب أو تغيير سلوكياته؛ وقد تكون الجامعةُ سبباً في تغيير الشاب وانحرافه. مِنْ هنا يجب على الأب تحسُّسُ رُفقاءِ ابنه، والتعرُّف إلى سلوكياتِهم وأخلاقياتِهم، بحكمةٍ ورَوِيَّة، مع تقديم حُسن ظنٍّ لا سوء الظنّ.

وهناك فرق بين التحسُّس والتجسُّس. فالتحسس: هو الاستماع لحديث القوم. أما التجسُّس: فهو البحث عن العورات، وأكثرُ ما يقال في الشر[٢٩].

قال تعالى على لسان يعقوب عليه السلام: ﴿ يَا بَنِيَّ اذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِن يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلا تَيْأَسُوا مِن رَّوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لا يَيْأَسُ مِن رَّوْحِ اللَّهِ إِلاَّ الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ ﴾ [يوسف: ٨٧].

فالتحسُّس هنا بمعنى البحث والتقصّي.

منهج الإسلام في تربية الكبار

اهتم الإسلام بالفرد مِنْ قبل ولادته، حين ندب إلى اختيار الزوجة الصالحة، وحثَّ على الأدعية والأذكار لعملية الجماع، في إشارة واضحة لتجنيب الأبناء وسوسة الشياطين ونزْغِهم، كما ندب الإسلامُ إلى حُسْنِ اختيار الأسماء، وأعطى الثوابَ الجزيل لتربية الأبناء والبنات. وأكد حقوق الأبناء الشرعية: مِنْ رَضاعة وحضانة وتعليم ومأكل ومشرب. كما وضع الإسلام الأسس المناسبة في التربية لمراحل عمر الإنسان، كباراً وصغاراً. فجعل للكبار منهجهم وطريقتهم، وللصغار منهجهم وطريقتهم.

ومنهج الإسلام في إصلاح الصغار يعتمد على شيئين أساسيين:

١- التلقين (جانب نظري).

٢- التعويد (جانب عملي).

أما منهج الإسلام في إصلاح الكبار - وهم الذين في سن ما بعد البلوغ - فيعتمد على ثلاثة أمور أساسية:

أولاً: الربط بالعقيدة:

وهو أهم الأسس في استمرار المؤمن على مراقبة الله، واستشعار عظمته، وخشيته في كل الظروف والأحوال؛ وهذا مما يقوِّي القوة النفسية والإرادة الذاتية لدى الفرد المؤمن، فلا يكون عبداً لشهواته، ولا أسيراً لأطماعه، فإذا قوِيَ هذا الجانب، فإن الفرد ينصلح من داخله؛ لأنه يعتقد أن عينَ الله الساهرةَ تراقبه وتراه، وتعلم سِرّه ونجواه.

ومن هنا: يجب على المربي أن يركِّز على كيفية ربط الفرد بربه: من خلال الحديث معه عن عَظَمَة الخالق وقدرته، وتعريفه بأسمائه وصفاته، حتى يعظِّمَ أمرَ الله في نفسه، فهذا لقمان الحكيم يعظ ابنه، مفتتحاً ذلك بتعظيم الخالق في نفس ابنه: قال تعالى: ﴿ يا بُنَيَّ إنَّها إن تكُ مثقالَ حبَّةٍ مِّنْ خرْدَلٍ فتكُن فِي صَخْرةٍ أَوْ فِي السَّمَوَاتِ أَوْ فِي الأَرْضِ يأْتِ بِها اللَّهُ إنَّ اللَّهَ لَطِيفٌ خَبِيرٌ ﴾ [لقمان: ١٦].

ثانياً: تعرية الشر:

وهو من أعظم السُّبل في إقناع الكبار على ترك المنكر، والنفور من الفساد والإثم، فالإسلام لم يحرِّم الخمر تحريماً قطعياً إلا بعد أن عرَّاها، ووضَّح أثرها السيئَ ومضرَّاتها الخلقية والاجتماعية. لذا على المربي أن يُقنعَ الفرد بخطورة الشرِّ وما هي نتائجه.

ثالثاً: تغيير البيئة:

وهذا لا يقل أهميةً عن الأسس الأخرى في إصلاح الفرد وهدايته، ومَنْ تأمَّل السيرة، يجد أن الصحابة هاجروا إلى الحبشة لتغيير البيئة. وأن الرسول صلى الله عليه وسلم هاجر إلى المدينة لتكوين بيئةٍ صالحةٍ، كما أن الرجل الذي قتل مائةَ نفسٍ ثم أرادَ التوبة، فوجهه العالم بضرورة تغيير بيئته.

فعلى المربي أن يجتهد في إبعاد الولد عن بيئة الشر ويحبِّبه في بيئة الخير[٢٠].

نصائح للوالدين

تربية الأبناء مسؤولية عظيمة وأمانة جسيمة، قال تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلائِكَةٌ غِلاظٌ شِدَادٌ لاَّ يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴾ [التحريم : ٦] .

فمَنْ فرط في تربية أبنائه، فقد خان الأمانة الملقاةَ على عاتقه، وغشَّ الرعية التي تحت مسئوليته. وفي الحديث: «من مات غاشاً لرعيته، حرم الله عليه رائحة الجنة» [٣١]، وقوله صلى الله عليه وسلم :«كلكم راع وكلكم مسؤول عن رعيته»[٣٢].

فمن طرق الوقاية التي يجب أن تسارع الأسرة في تحقيقها :

التربية المبكِّرة، والتنشئة الصالحة، والحثُّ على الأخلاق الحميدة، وغرس المبادئ والآداب والعادات الجميلة، وتعويد الأبناء على فعل الطاعات، والبعدُ عن المنكرات، وقفلُ منافذ الشيطان؛ كبعض الفضائيات الخبيثة، والمجلات الخليعة. وتجفيفُ منابع الشرِّ؛ كصديق السوء، مع الأخذ في الحُسبان أهمية القدوة الصالحة، والإكثار مِنَ الدعاء.

وهناك بعض التوجيهات المناسبة لتربية المراهقين وكيفية الاهتمام بهم مِنْ قِبَلِ الأسرة:

١- ضرورة مصارحة الأب لابنه في موضوع البلوغ، والرغبة في الزواج[٣٣]، فإذا كان الأب مقتدراً، فزواج ابنه المراهق فيه سَدٌّ لبابٍ عظيم مِنَ الفتن والشرور، وهو باب الشهوة والجنس.

٢- تحسس الأبوين أدوات المراهق دون أن يعلم أو يشعر.

٣- تحقيق الانتماء عند المراهق بتكوين شخصيته وذاتيته: وذلك بمشاورته والاهتمام برأيه، وتحميله مسؤولية المنزل، وتكليفه ببعض المهمات الأسرية.

٤- غرس مبادئ الرجولة، وعدم السماح له بلبس اللباس الذي فيه تخنُّثٌ، أو تشبُّه بالنساء أو الكفار.

٥- تنبيه الأسرة على عدم لبس ما يشِفُّ وما يصف، وضرورة الحزم في مثل هذه الأمور؛ حتى لا يحدُثَ ما لا تُحمَدُ عُقباه، واللبيب بالإشارة يفهم.

٦- استغلال الأحداث في تربيته، فهي مِنْ أكثر الأساليب تأثيراً؛ فعندما يسمع الأب أو الأم بحادثة قَصاص أو سجن وغيرها فيها عبرة: فعليهما لفت انتباه الابن إلى ذلك، وتذكيره بالمصير المشؤوم لمن اتخذ الشر طريقاً له.

٧- عدم الدعاء عليه، فكم مِنْ دعوة أصابت مقتلاً، ولا ينفع حينها الندم.

٨- عدم الازدواجية والتناقض بين الأبوين عند معالجة خطئه، فإذا قام الأب بمعالجة الخطأ يجب على الأم ألا تناقِضَه، أو تراجِعَه، أو تختلفَ معه حينها، وإن كانت هناك بعض الملحوظات، فتسدي للأب في وقت آخر دون علم المراهق حتى لا يتحامل على أبيه. فالاتفاق بين الوالدين مطلب مهم.

٩- عدم احتقار المراهق أمام إخوته، أو الحطِّ من شأنه.

١٠- عدم تكليفه بما لا يطيق. فلا بد مِنْ مراعاة قدراته واستعداداته.

١١- عدم مقارنته بالآخرين وتعبيره بهم؛ فإن هذا الأمر يزعجه ويثيره.

١٢- ضرورة العدل، ومنع الظلم، والتعدي بتفضيل أحد الأبناء على الآخرين؛ بسبب هدوئه أو ذكائه أو تفوقه.

١٣- لا نحاسبه على صغائر الأمور، فلا بد من التغاضي والتغافل.

١٤- ضرورة الاستعانة بالآخرين للتأثير عليه؛ كالصديق والقريب وإمام المسجد.

١٥- التعاون مع المدرسة بمتابعته دراسياً وأخلاقياً.

١٦- الصلاة.. الصلاة.. الصلاة، فهي أهمُّ ما تتابعه الأسرة. فالصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر. وهي آخر ما وصَّى به رسولُ الله صلى الله عليه وسلم قُبيل وفاته.

المعلم والمراهق

المعلِّم من أكثر عناصر المجتمع احتكاكاً بالمراهق؛ فهو يقضي معه أكثر من ستِّ ساعات، ويلاقي مِنْ مشكلاته الكثير من المتاعب.

والحقيقة أن التعامل مع المراهقين من طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية فنٌّ لا يجيده إلا الأفذاذ من المعلمين.

ولو تساءلنا: لماذا يملك هذا المعلم حبَّ الطلاب واحترامهم وتقديرهم داخل المدرسة وخارجها ؟ بينما نجد المعلم الآخر لا يملك إلا كراهيتهم وحقدهم!!

إذاً، لا بد من وجود خلل! فالطلاب هنا هم الطلاب هنا؛ فما هو السبب؟!

إن قدوتَنا في التعامل مع الآخرين هو رسولُنا العظيم صلى الله عليه وسلم. فكيف كان صلى الله عليه وسلم مع المسلم والكافر؟ وكيف كان صلى الله عليه وسلم مع البَرِّ والفاجر ؟ ومع الصغير والكبير ؟

كان رسول الله صلى الله عليه وسلم أرحمَ الخلْق بالناس، وأرفقَهم بالعباد، وأشفقَهم، وأحرصَهم على هداية الناس؛ فالأعرابي الذي بال في المسجد لم يجد منه توبيخاً أو زَجْراً (٣٤).

إن موضوع التعامل مع المراهقين لا بد أن تُراعى فيه طبيعة العصر، وواقعية الزمان، وخصائص المرحلة. فعلى المعلم أن يتسلَّح بالحكمة والصبر والرفق، والدراية بواقع الطلاب وحالهم ومزاجهم؛ حتى لا يعيش حالات الصدام وعدم التوافق المستمرة معهم.

عشر خطوات لكسب المراهق:

١- الابتسامة والبشاشة، والبعد عن العبوس وتقطيب الجبين، والإكثار من السلام على الطلاب، فهو يورد المحبة. قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «ألا أدلكم على شيء إذا فعلتموه تحاببتم؟ أفشُوا السلام بينكم»(٣٥).

٢- التواضع والنزول إلى مستوى الطلاب، والتشاور معهم بدون تعسف.

٣- لا نبالغ في التأنيب واللوم والعقاب.

٤- لا نسخر منهم أو نحتقرهم؛ ونجرب النصيحة الفردية معهم.

٥- الإكثار من الثواب والثناء والمديح، والاستمرار في التشجيع.

٦- معالجة الخطأ باعتدال دون تشنج، ثم العفو عن المخطئ.

٧- العدل بين الطلاب، فلا نظهر ميلاً لأحد، أو نهضم حقَّ أحد.

٨- لا نُكثر عليهم التكاليفَ المنزلية.

٩- لا نضع أنفسَنا في مواضع التهم؛ فنحن قدواتُهم.

١٠- تنويع أساليب وطرق التدريس، مع إدخال الدعابة والمرح.

حزمٌ من غير عسف   ورِفْقٌ مِنْ غير ضعف

مفاهيم خاطئة:

يعتقد بعض المعلمين أن النزول لمستوى الطلاب، والتعامل معهم بلطف يؤدِّي إلى ضعف الشخصية، كما يعتقد البعض أن الشدة المفرطة «بجعل الفصل ثكنةً عسكرية» يعكس قوة الشخصية، ويزداد الأمر سوءاً عندما يضع بعض المعلمين حواجزَ مصطنعةً مع الطلاب، وذلك بنظرته التشاؤمية، وقبَّعته السوداء في اليأس من تعديل سلوكهم.

همسة: أخي المعلم:

أنت مربي الأجيال، ورسولُ خيرٍ، وداعيةُ سلام، فاحمَدِ اللَّه على أنْ وفَّقك لهذه المهنة. وتذكَّر أن هؤلاء الطلاب أمانةٌ في عنقك، بلِّغ ولو آية، ادْعُ، وليس عليك النتائج، وتذكَّر حديثَ الرسول صلى الله عليه وسلم: «من دعا إلى هدى كان له مِنَ الأجر مثلُ أجورِ مَنْ تَبِعَه، لا ينقص ذلك من أجورهم شيئاً، ومَنْ دعا إلى ضلالة كان له مِنَ الإثم مثلُ آثام مَنْ تبِعَه، لا ينقص ذلك من آثامهم شيئاً»[٣٦]. وقوله صلى الله عليه وسلم: «لأَنْ يهديَ اللَّه بك رجلاً واحداً خيرٌ لك مِنْ حُمْرِ النَّعَم»[٣٧].

المناشط المدرسية وأهميتها للمراهق

إن التربية - بمفهومها الشامل - تعني إعدادَ الفرد الصالح للحياة أو المجتمع، والمناشط المدرسية جزءٌ من التربية الشاملة للمراهق، فلها أثرٌ كبير في تحقيق الأهداف التربوية جنباً إلى جنب مع المقررات الدراسية.

وقد ثبت بالتجربة أن المناشط المدرسية من أعظم الوسائل المساعدة في حل مكشلات المراهقين الاجتماعية؛ فهي تساهم في القضاء على الانطوائية والخجل، وتكسر العوائق والحواجز النفسية؛ كالخوف والقلق،كما تُنمِّي عند الطالب جوانبَ تربويةً عظيمة، ومهارات جديدةً.

إن واقع التربية والتعليم يفرض علينا أنماطاً جديدة وبرامج مختلفة عديدة، وهذا الطالب كيان يتكون مِنْ روح وعقل وجسد، فيحتاج إلى المعرفة، والمهارة والحركة، والوجدان. فالمعلومة وحدها لا تكفي لصنع رجل المستقبل، لقد مللنا الحفظ والترديد.

يحتاج المراهق في المرحلتين المتوسطة والثانوية، إلى ما يحقق به ذاته، ويُنمِّي قُدُراتِه، ويغذِّي ميولَه. فمن لا يعطي المناشط بالاً أو اهتماماً، فهو يدور حول نفسه... وبالتالي لن يصل إلى هدفه.

وأتذكَّر أن العديد من الطلاب كانوا ينظرون إلى المناشط أنها تمثل: «بعبعاً مخيفاً»، وبعد إشراكهم وإقحامهم فيها أصبحوا - بفضل الله - يطالبون بمزيد من المشاركة؛ والسبب في ذلك أنهم وجدوا أنفسهم، وقضوا على مخاوفهم.

لكن حتى ينجح النشاط ويبقى له أثر، لا بد من:

- أن تكون مناشطنا نابعةً من أهدافنا، وقابلةً للتنفيذ، ومناسبة لظروف المدرسة.
- ضرورة التركز على عمل الطالب وجهده.

همسة: منهج الإصلاح والتغيير يبدأ بطيئاً، لكنه أكيد المفعول.

مناشط مفيدة للمراهقين:

ومن خلال خبرتي المتواضعة في مجال النشاط، وممارستي لعدة أعمال توعوية بالمدرسة، ومن خلال ترأسي لعدد من الجمعيات المدرسية، أذكّر ببعض المناشط المهمة والسهلة، والتي يمكن ممارستها دون حاجة إلى إمكانيات مادية كبيرة ؛ لتساهم في حل مشكلات المراهق النفسية والاجتماعية. ومن ذلك، تدريب الطلاب على:

- الإلقاء الفردي والجماعي داخل الفصل.
- الإلقاء الفردي والجماعي من خلال الإذاعة.
- المشاركة في المسرح المدرسي.
- المشاركة في الإذاعة المدرسية.
- المشاركة في المسابقات الثقافية والعلمية.
- المشاركة في المسابقات الرياضية بجميع أنواعها.
- المشاركة الزيارات الميدانية، وكتابة التقارير عنها.
- مسابقة أفضل رسمة.
- مسابقة أحسن تعليق.

- مسابقة أحسن خط، أو أحسن تعبير.
- مسابقة أحسن موقع إلكتروني.
- مسابقة الحفظ (قرآن، حديث، شعر).
- مسابقات حاسوبية متعددة.....
- مسابقة المخترع الصغير.
- مسابقة المؤلف الصغير.

الداعية والمراهق

الدعوة إلى الله مِنْ أَجَلِّ الأعمال وأعظمِها، وهي واجبة على الجميع: كلٌّ بحسب قدرته وطاقته وعلمه، والداعيةُ كالطبيب الذي يصف الدواء المناسب لأمراض الناس.

ولله الحمد والمنة، فإن هذه البلاد تعجُّ بالدُّعاة الصالحين من طلاب العلم والمشايخ الأخيار، أسأل الله أن يباركَ فيهم، ويُجزلَ لهم المثوبة والعطاء.

وأود هنا تذكيرَ إمام المسجد وخطيب الجمعة : بأن هناك نسبةً عاليةً من الحاضرين لصلاة الجمعة هم من المراهقين في سنِّ الشباب، فعلينا أن نستغلَّ حضورَهم باستخدام أساليب العرض والتقديم التي توصلنا إليهم، وتقرِّبنا منهم؛ ومنْ ذلك:

١- الاقتصاد في الموعظة، فالشباب لا يحبُّون كثرةَ النُّصح، وتَضيقُ منه صدورُهم، فالعبرة ليست بتقديم المعلومات. قال ابن مسعود رضي الله عنه: «كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يتخوَّلُنا بالموعظة يخشى علينا السَّآمَةَ» [٢٨].

٢- مراعاة حالهم، وتقديمُ ما يناسبهم مِنْ خُطَبٍ وموضوعاتٍ. «خاطبوا الناس على قدر عقولهم» [٢٩].

٣- استخدام الأساليب التربوية المناسبة؛ مثل التربية بالقصة؛ فإن أسلوب القصة من أكثر الأساليب تشويقاً للسامع. والتربية بالأحداث؛

وذلك بالاستفادة من السيرة النبوية، ومن تاريخنا البطولي المجيد، وسِيَرِ السلف الصالح، والتركيز على عَظَمَة الله. والتربية بضرب الأمثال مِنَ الماضي أو الحاضر.

٤- عدم مهاجمتهم وذمّهم، وذكرِ منكراتِهم، وإظهارِ اليأس مِنْ حالهم.

وحبذا لو أعطى إمامُ الحيِّ ساعةً أسبوعية لشباب الحي، وتكون ترفيهيةً رياضية، ولو تمكَّن مِنَ استدعاء شخصية رياضية أو إعلامية خلال اللقاء، سيكون أثرُه أكبرَ.

والظروف المحيطة بنا تُحتِّم علينا الإكثارَ مِنْ أسلوب الترغيب والتحفيز والثواب للشباب؛ وعدم التدقيق في المظهر واللباس على حساب القيَم الأخرى، فالمغريات والمؤثرات والمثيرات عديدة. والشباب لديهم طاقةٌ عالية؛ إما تُوَجَّهُ للخير أو تُوَجَّه للشر! فأقلُّ ما فيها تجفيفُ منابع الشرِّ مِنْ خلال إشراكهم معنا في الخير.

وأما إذا أردنا توجيهَ نصيحة جانبية لمراهقٍ ما، حولَ قضيةٍ ما ؛ فحبذا لو أعطيناه فرصةَ الحوار؛ لأن الحوار مختبرُ الأفكار، فالعبرة ليست بمعرفة الحكم الشرعي، فالحلال بيّن والحرام بيّن، وليتنا نهيِّئُ الشابَ للقاءٍ آخرَ، لتدومَ الصلةُ، وتزيدَ الرغبةُ لديه في السماع، فيشتاق إلى الزيارة، ويدوم التواصل.

همسة للأخ الداعية (المحتسب):

- عن عمر بن الخطاب رضي الله عنه أن رجلاً على عهد النبي صلى الله عليه وسلم كان اسمه عبدالله، وكان يُلَقَّبُ حماراً، وكان يُضحِكُ

رسول الله صلى الله عليه وسلم، وكان النبي صلى الله عليه وسلم قد جلده في الشراب، فأُتيَ به يوماً، فأمر به فجُلِدَ، فقال رجلٌ من القوم: اللهم الْعَنْه، ما أكثَر ما يُؤتى به !؟ فقال النبي صلى الله عليه وسلم: «لا تلعنوه؛ فوالله ما علمتُ إلا أنه يحبُّ اللهَ ورسولَه»[٤٠].

- وعن أبي هريرة رضي الله عنه، قال: أتي النبي صلى الله عليه وسلم برجلٍ قد شرب. قال: «اضربوه»، قال أبو هريرة: فمِنَّا الضارب بيده، والضارب بنعله، والضارب بثوبه، فلما انصرف، قال بعضُ القوم: أخزاك الله، قال صلى الله عليه وسلم: «لا تقولوا هكذا، لا تُعينوا عليه الشيطان»[٤١].

وقفة: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم حريصاً على هداية الكافر، فكان يدعو الله لهداية أبي جهل.

استشارات وحلول لمشكلات المراهقة

خاص بالمراهقين فقط

تحت هذا العنوان سنحاول أن نسلط الضوء على مشكلات مرحلة المراهقة وما يصاحبها من أعراض، وأمراض؛ تتطلب منا تقديم الاستشارات التربوية المناسبة؛ وعلى هذا سنعرض مشكلة معينة، تخص الشباب في هذه المرحلة ثم نقترح الحلول الناجعة بإذن الله.

ومن هذه المشكلات:

- العادة السرية
- الخجل
- الغزل
- الغرور
- التقليد
- الفراغ
- الخوف الشديد (الفوبيا)
- العدوانية
- القلق
- كيف تختار الصديق

العادة السرية

العادة السرية قضية فسيولوجية، طبيعية، يمر بها العديد من المراهقين، وتسمى في الأدبيات بعدة مسميات: (جلدة عميرة، العادة السرية، نكاح اليد أو الكف). لكن أشهرها: العادة السرية.

ويلحظ أن أكثر من يمارس هذه العادة هم المراهقون؛ لكنهم يتفاوتون بين المسرف الذي يصل إلى ما يشبه الإدمان وبين المقل جداً. كذلك تفاوتت أحكام العلماء في موقفهم من العادة السرية بين الحرمة والكراهة، بل عدَّها البعض مندوبة إذا كان فعلها يصرف الشاب عن فعل الزنى واللواط تحت قاعدة: (أخف الضررين).

والإشكالية تكمن في الإسراف في هذا الفعل عند بعض المراهقين. دون إدراك لخطورة الأمر على الصحة والعقل والجسد.

وقد تحدث بعض الأخصائيين عن مخاطر الإسراف في العادة السرية، ومن أبرزها: حدوث هزال وضعف عام للجسم، مع ضعف مستقبلي لعملية الجنس (الضعف الجنسي المبكر)، بالإضافة إلى فقدان التركيز، وكثرة النسيان والسرحان وضعف النظر؛ ناهيك عن الندم الذي يصيب الشاب بعدها، خاصة وأن بعض العلماء شدد في تحريمها.

ولتعديل هذا السلوك؛ نقدم لك أخي الشاب بعض الأفكار، التي تساعدك في التخفيف من هذه العادة، أو البعد عنها تدريجياً.

ويمكن أن يبدأ العلاج من التفكير، قبل السلوك، فكلما أدركت أخي الشاب بعقلك، وتحكَّمت في انفعالاتك، وأشغلت خاطرك وفكرك بالثقافة والدراسة والعمل، كان بعدك عن فعل هذه العادة أكثر قوة. فالفراغ

القاتل. ومشاهدة المثيرات الجنسية، والتعرض للصور تساهم بشكل كبير في الإسراف أو الإدمان على هذا الفعل، لكن طرق الوقاية من خلال الصحبة الطيبة والرياضة تساهم بشكل كبير في وأد هذه العادة. ولا شك أن الزواج المبكر – إن أمكن – هو أكبر معين على تركها. وآخر ما أوصي به الشباب هو تعميق الجانب الإيماني من خلال المراقبة والخشية والخوف من الله تعالى. والأخذ بالنصحية النبوية، وهي الصوم؛ لأنه يزهد الجسم، ويضعفه عن الجنس، ويخفف الشهوة، ويطرد الشياطين. والدعاء والصدق في ذلك منجاة.

الخجل

المعروف عند المختصين في دراسات النمو أن الخجل ينتشر عند المراهقين تحت نمط (المراهقة المنطوية) وهي عكس المراهقة المتكيفة التي تجد فيها الشاب يميل إلى المشاركة مع الآخرين، ويكوّن صداقات قوية مع الأقران.

وخطورة الخجل تكمن في أن صاحبه يميل إلى الانطواء والانكفاء على الذات، والابتعاد عن المجتمع تدريجياً، فيستسلم لضعفه، ويتمكن منه الضعف حتى يصل إلى درجة الوساوس، وقد يحرم نفسه وجسده الكثير من متع الحياة ومشاركة الناس بحجة الحياء، وهذا عين الخلط بين الخجل والحياء، فالخجل مذموم، والحياء محمود.

والخجل له أسباب وراثية وانعكاسية، أو مرضية (نفسية)، لكن أبرز الأسباب التي تؤدي إلى الانطوائية والانكماش هي: الرهاب الاجتماعي، أو

(الفوبيا) الخوف الشديد من المواجهة. أو الحساسية المفرطة في التعامل مع المشكلات.

ولعلاج الخجل، لا بد لنا لها من أن نتيح لأنفسنا فرصة الحوار مع الذات، والانفتاح مع من نثق بهم، كما يجب علينا - معشر الشباب - أن نبرمج حياتنا على التقبل والتسامح والتغافل، مع تنمية وتحفيز أنفسنا على تعديل سلوكنا، وحتى يتم لنا تحقيق ذلك، لا بد من العزيمة والتحدي، لمواجهة هذه المشكلة. ولعل أول وأهم طريق يساعدنا على ذلك هو: الدخول في دورات تطوير الذات، المنتشرة في مراكز التدريب وغيرها من المؤسسات التربوية. بعدها يمكن أن نخلق مواقف اجتماعية جديدة، بالمشاركة في الفعاليات الاجتماعية: كالأندية الصحية والرياضية، والبرامج الثقافية والإعلامية.

وقد تواجه الشاب صعوبة في بداية الأمر. لذا من الأفضل أن يربط الشاب نفسه بمجموعة من الشباب الذين يمثلون له نمطاً اجتماعياً متكيفاً ليحاكيهم ويسير في دربهم، ويأخذا بيده إن سقط وتعثَّر.

ومن تجاربي وتجارب الآخرين، نؤكد للشباب أن الخجل يزول تدريجياً في مرحلة المراهقة، لكن لا نسوِّف أو نؤخر، فكلما تقدم بك السن، صعُب عليك علاج مشكلة الخجل؛ لأنها تتجذر في الحياة، ويصعب استئصالها.

ديننا الحنيف تكفَّل بحل مشكلات الخجل، وفتح لنا مجالات اجتماعية تكسر هذا الحاجز النفسي، وتكفَّل لك بالأجور العظيمة من خلال العبادات الجماعية، ومن خلال زيارات الأقارب والأرحام والمرضى، مما يساعدك على الخروج من عزلتك، وانشراح صدرك. وعليك بالدعاء.

الغزل

تنتشر (ظاهرة الغزل) عند الجنسين من الشباب في هذه المرحلة، ونتحدث هنا عن خطورته الدينية والاجتماعية، وكيفية البعد عنه؟ .

الحديث عن الغزل يندرج ضمن الحديث عن مظاهر النمو الاجتماعي عند المراهق. والمعروف في دراسات النمو أن المراهقين يميلون إلى تكوين صداقات مع المراهقات، كمرحلة حساسة جداً؛ لأنها تمثل الذروة في الانفعالات والعواطف والجنس؟

وخطورة الغزل تكمن في أنه يزجُّ بالمراهق في طريق الزنى والعياذ بالله، أو يزج به في مشكلات اجتماعية، تتعلق بالعرض والشرف، وقد تصل إلى قاتل ومقتول.

والغزل له أسبابه الدينية والاجتماعية والأسرية؛ كضعف الإيمان، وضعف الرقابة، وغياب الصرامة الأسرية، ناهيك عن وجود تقنيات ساهمت في نشره، وأضعفت الجانب الرقابي، مما سهّل للمراهقين والمراهقات عمليات الاتصال والتواصل.

كما أن للمراهقين فلسفة غريبة جداً تجاه الغزل؛ فإذا سألتهم، قالوا: (تسلية، ونانسة، تعارف، فراغ)، ونادراً أن تجد أحدهم يرغب في الزواج ممن كان يغازلها!!!!

وللبعد عن الغزل وتركه لا بد من استشعار قضية المراقبة والخشية من الله؛ لأن هذا الأمر محرم بلا خلاف، وحذر منه العلماء والعقلاء وأهل الفِطَر السليمة، بغض النظر عن مذاهبهم ومشاربهم.

لذا يجب علينا - معشر الشباب، ممن ابتلوا بهذا الأمر - أن نربي أنفسنا على قول الرسول صلى الله عليه وسلم: «أترضاه لأختك»، وعلى المثل القائل: (كما تدين تدان).

وقد يؤيدني العديد من الشباب في هذا الاتجاه، ويقول: أتوب، لكني أعود.. فما العمل، نقول له: جزاك الله خيراً على تأنيب ضميرك، مما يدل على إيمانك وأصلك الطيب؛ لكن عليك بصناعة سد الوقاية: ويكون ذلك بسد منافذ الشر، وسد الفراغ. وقد تواجه الشاب صعوبة في بداية الأمر؛ لذا من الأفضل أن يربط الشاب نفسه بأهل الهمم والشيم الذين يرفضون هذا السلوك الرخيص والمشين.

ومن تجارب الحياة، نؤكد للشباب أن الذين مشوا في طريق الغزل، ولم يلتفتوا إلى نصح الناصحين، أصابتهم مشكلات عديدة؛ منها الشك، والوسواس، وضيق الصدر، ناهيك عن تحقُّق حكمة : كما تدين تدان.

وختاماً، أذكر الشاب المراهق أن ديننا الحنيف تكفَّل بحل مشكلات الغزل بفتح أبواب الزواج الشرعي، وأحل لنا ممارسة الجنس بطرق شرعية مباحة ... وعليك بالصبر والدعاء.

الغرور

الغرور مرض (نفسي اجتماعي) يبحث في النفس الزهو والعجب والعلو على الآخرين، وينتشر عند الجنسين من الشباب في مرحلة المراهقة، وقد يستمر إلى ما لا نهاية . وله عدة صور أو مسميات، منها: العجب والتعالي، ونفخ الذات، وداء العظمة، والكبر، وهو أعلى صور الغرور.

للغرور أسبابه ومظاهره ومخاطره نتحدث عنها، مع تقديم الحلول المناسبة للتخلص منه. والمشكلة تظهر في بداية حديثنا عن الغرور أن الشخص الموصوف به، إذا قلت له: أنت مغرور؛ تنكَّر واستغرب؛ بل تجده أحياناً لا يعترف بذلك، ويصر على أن سلوكه صحيح إمعاناً في الغرور والعجب.

وحتى نكون حياديين لابد من عرض المظاهر التي تبين لنا من هو المراهق المغرور. ومن هذه المظاهر: احتقار الآخرين، وعدم قبول الحق، وعدم التراجع عن الباطل. وهذا عين الغرور؛ لأنه من الكِبْر المنهي عنه. قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (الكبر بطر الحق وغمط الناس).

ومن هذه المظاهر: كثرة الحديث عن النفس، والزهو في الكلام، وتصعير الخد، أي: الإعراض، وعدم الإنصات للناس، ورفع الصوت بطريقة استفزازية، والمشي بطريقة ملفتة للنظر. وجماع ذلك جاء في نصيحة لقمان لابنه، في قوله تعالى: ﴿وَلا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلا تَمْشِ فِي الأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ. وَاقْصِدْ فِي مَشْيِكَ وَاغْضُضْ مِن صَوْتِكَ إِنَّ أَنكَرَ الأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ﴾[لقمان: ١٨ – ١٩].

ومن أبرز المظاهر المنتشرة عند المراهقين: المبالغة في اللباس، والتأنُّق، وكثرة النظر إلى المرآة وباستمرار، ولباس الملابس التي تلفت الأنظار، والرغبة الدائمة في سماع المدح من الآخرين، وهذا من العُجب الذي يظهر عند المراهقات أكثر من المراهقين.

ومن هذه المظاهر: عدم احترام مشاعر الآخرين؛ كرفع أصوات الموسيقى بطريقة صاخبة مزعجة، والتفحيط في الشوارع إلى غير ذلك من صور الغرور.

ولو تأملنا أسباب حدوث مثل هذه المظاهر عند المراهقين، لوجدنا أنها تتعلق بقضية الحياء؛ فالحياء شعبة من شعب الإيمان – فإذا لم تستحي، فاصنع ما تشاء. ومن هذه الأسباب: أن بعض الشباب قد يمنحه الله نعمة الصحة والغنى، وعلُوَّ النسب، أو الذكاء، أو القوام والوسامة. فتصيبه نكسة العجب والتعالي، ويزداد ذلك في ظل ضعف الوازع الديني، وهو أعظم الأسباب التي تساعد على تمكين الغرور من النفس.

ومن أسباب الغرور: ارتفاع ما يسمى بالأنا العليا (الأنانية)، التي تتأصَّل في نفوس بعض الناس بسبب طريقة التربية الخاطئة، كمن تعود على المبالغة في العطاء وعدم المنع والحرمان، حيث لا يوجد العقاب، ولا الحسم والضبط في قاموس حياته.

ولعلاج مثل هذه المشكلة: ننصح الشاب أن يدرك ويتابع حقيقة ما يقال عنه ؛ ولا يتم ذلك إلا إذا طلب من المقرَّبين منه أن يذكروا له عيوبه، ومصارحته فيما يُقال عنه؛ ليرى ذاته وحقيقته من وجهة نظر الآخرين.

ومن تلبَّس بداء الكِبْر، وأراد أن يعدِّل سلوكه، فعليه بممارسة الأعمال التي يساعد فيها الناس ليعوِّدَ نفسه على الانكسار ؛ لأن تعويد النفس على الاعتذار والتراجع عن الخطأ يساعد الإنسان على التخلص من الغرور.

وختاماً، فإننا نذكِّر المغرور بأن الذي يتقمَّص لباس الكِبْر، فإنه ينازع ربَّ العالمين في ردائه وكبريائه، وأنه لن يخرق الأرض، ولن يبلغ الجبال طولاً؛ وعليه أن يدرك أن الله ورسوله ذمَّا الكبر والمتكبرين. (لا يدخل الجنة من كان في قلبه مقدار ذرة من كبر). كما أن أهل الكبر في الدنيا يُداسون

بالأقدام في الآخرة، وقيمتهم تكون كحشرة بئيسة ضعيفة. والمغرور ينفر منه الناس، ويكرهونه ويذمّونه.

فهل ترضى أخي المراهق أن تكون ممقوتاً من رب العالمين ومن الناس أجمعين؟!

التقليد

التقليد مرض يبعث في الإنسان الرغبة في التشبه بالآخرين، دون وجود قيم تردعه، أو عادة تحكمه، أو عُرْف يأخذ به. وللتقليد عدة مسميات؛ منها: المحاكاة، والتشبه، والنمذجة.

وللتقليد صور إيجابية، وأخرى سلبية؛ فالإيجابية: تكمن في التشبه بالآخرين لكسب الصفات الجميلة، ومحاكاة أهل الهمم والشيم، والأعراف والعادات الجميلة التي لا يعارضها الشرع، ويدخل هذا في قضية القدوة؛ لأننا نؤكد جميعاً أهميةَ وجود قدوات نقتدي بها، ونتأسّى بما تقوم به.

أما الصور السلبية للتقليد؛ فهي تكمن في متابعة وممارسة العادات والمظاهر والصور التي تأتي من الغير (كفار – مشاهير) وتتعارض مع القيم والأخلاق والأحكام الشرعية. وهذه القاعدة ننطلق منها، ونطبقها على مظاهر (اللباس والطعام والكلام). مع تأكيد قضية النيات، فليس كلُّ مقلد يكون محباً للكفار أو غيرهم من الناس؛ وإنما هي سكرة وغمرة ونشوة الشباب في سن المراهقة؛ يحتاجون منا إلى الرفق في نصحهم؛ كما أن غالب مظاهر التقليد مؤقتة تزول بزوال المراهقة بإذن الله.

من أسباب التقليد، كما تقول الأدبيات: ضعف الثقافة، وضعف الشخصية،

وضعف الإيمان، وضعف الهوية، وضعف الانتماء، وضعف المحبة، وعقدة النقص، والمجاملة، والنفاق الاجتماعي، ورفقة السوء، والسفر إلى بلاد الكفار.

ألا تلحظ أخي الشاب كيف يحافظ اليابانيون والصينيون على تقاليدهم، وتراثهم، ولباسهم، وطريقة طعامهم، ويربُّون أبناءهم على ذلك؟! ألا ترى كيف تحافظ بعض الشعوب على لغاتها وثقافتها، وتحاول أن تعاقب من يتخلى عنها؟!

ألا تتذكر أخي الشاب كيف علَّمنا رسول الله صلى الله عليه وسلم العديد من الآداب والعادات، في اللباس والطعام والزيارة والسلام والاستئذان؟.

ألا تستغرب يا أخي الشاب كيف يفعل من أسلم ودخل في الإسلام؟ إننا رأينا وسمعنا العديد من الأوربيين الذين أسلموا، خلعوا لباسهم ولبسوا الثوب والعمامة أو الغترة، بل غيروا أسماءهم، وطريقة حياتهم.

أما سمعت عن مطرب البوب (كات ستيفن) الذي غيَّر اسمه إلى يوسف إسلام، وغيَّر لباسه، ولبس الثوب والعمامة، وأطلق اللحية، وترك السلاسل والخلاخل؟

أعتقد أنك مقتنع بما أقول، لكنك متردد، وتريد مَنْ يأخذ بيدك إلى طريق الخير.

وحتى يتخلص الشاب من مرض التقليد، عليه أن يضع في حسبانه ووجدانه أن تعظيم الله، ومحبة رسوله صلى الله عليه وسلم تكمُن في حب ما يحبانه، وبُغض ما يبغضانه، فالله مَقَتَ المتشبهين بالكفار، ورسولُه صلى الله عليه وسلم حذر من التشبُّه بالكفار، ونهى عن التشبه بالنساء، ونهى

عن التخنث، كما ذم ديننا أن نكون كالإمَّعة الذي يحسن إذا أحسن الناس، ويسيء إذا أساؤوا.

أُدرك يقيناً أنك يا أخي الشاب تعلم ذلك، وتخاف على نفسك من الوقوع في غضب الله؛ لكن قد تواجهك مشكلة الأصحاب ومسايرتهم، والمجاملات وأثرها، فعليك أن تبادر في تجنب رفقة السوء، ولو بالتدريج، واعزم على تغيير سلوكك وستجد أنك قادر، فالعزيمة والتحدي مع الصدق والدعاء، كفيلة بحل هذه المشكلة.

الفراغ

يعاني العديد من الشباب من الفراغ، فقلما تجد شاباً لديه قدرة عالية في إدارة وقته، وتنظيم حياته، وتحقيق أهدافه. ومن دلائل ذلك؛ تجد لسان الحال والمقال عند الشباب: (طفش – زهق - أريد قتل الوقت..) ومن صور الفراغ: المبالغة في النوم، والمبالغة في السهر، والمبالغة في الطلْعات.

الفراغ مفسدة، أي مفسدة! له أخطار اجتماعية واقتصادية وصحية ونفسية، ودينية.

وأسبابه عديدة، منها: ما يتعلق بالأسرة: كسلوك الأسرة الفوضوي، وغياب سلطة الأبوين، وسوء إدارة الأسرة، وضعف ثقافة الأسرة، والمبالغة في التدليل، وغياب الحسم والضبط.

أما أسبابه عند الشباب؛ فتعود إلى ضعف الشخصية، والمجاملة على حساب الآخرين، وضعف الهمة، والانشغال بالتوافه، وغياب الأهداف، والكسل.

ولعلاج مشكلة الفراغ، لابد من تنمية الفكر، ورفع الهمة، وسؤال النفس باستمرار : من أنت؟ ولما خلقت؟ وما وظيفتك؟ وما هي أهدافك؟ ما هو الفرق بيني وبين الحيوان؟ لماذا أعطاني الله هذا العقل؟

الإجابة على هذه الأسئلة كفيلة بأن تغير فكر الشاب كمرحلة أولى، فحياتك من صنع أفكارك، وهمُّك من الذي أهمَّك.

بعد ذلك تأتي مرحلة النقد، أي نقد الذات، وذلك بعمل جلسة مصارحة مع النفس وتصحيح الاعوجاج، فعين الشجاعة: أن تعترف بالخطأ، ثم تحاول إصلاحه؛ بعد ذلك جهّز البوصلة، واضبط الاتجاه، وسر على بركة الله.

لكن قد تواجهك مشكلة الأصحاب ومسايرتهم، فعليك أن تبادر في تجنُّب كل ما يعيق طريق العزيمة لتغيير سلوكك. وستجد أنك قادر، فالعزيمة والتحدي – مع الصدق والدعاء – كفيلة بحل هذه المشكلة.

وهذه بعض الأفكار لعلاج مشكلة الفراغ وإضاعة الوقت:

- حاول ضبط وقتك مع الصلوات؛ لأن الصلاة في وقتها فرض على العباد.
- اضبط أوقات نومك، واجتهد في ذلك.
- ضع لنفسك أهدافاً سهلة لتتمكن من تحقيقها.
- اكتب مؤقتاً ما تريد إنجازه.
- اعمل مخططاً ذهنياً أو مكتوباً: أسبوعي، شهري، سنوي.
- اشغل نفسك بكل ما ينفع: رياضة، دورات، قراءة، نت، زيارة.

- ابحث عن صديق يشدُّ من عزمك وتشدُّ عزمَه على تنفيذ خطة مشتركة.
- ضع لنفسك برنامجاً خاصاً تقوم به في غرفة نومك.
- خفف من خروجك للأماكن المشتِّته للوقت.
- حاول أن تشارك في الأعمال التطوعية والخدمية.
- حاول أن تجعل للقرآن والذكر جزءاً من وقتك لما فيهما من البركة في الصحة والعمر والرزق.
- تقرب إلى الله بالدعاء؛ بأن يكفيَك شرَّ نفسك وشرَّ الآخرين.
- تذكر قول حبيبك محمد صلى الله عليه وسلم: «لن تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع: منها .... شبابه فيما أفناه».

الخوف الشديد، (الفوبيا)

للفوبيا أو الخوف الشديد عدة صور؛ كالخوف من الجبال، أو المناطق العالية، أو المناطق المغلقة، أو الحشرات غير المؤذية، أو الظلام . ومن آثار مشكلة الفوبيا على الشاب: سيطرة الخجل والانطواء والرهاب الاجتماعي، والأمراض النفسية عليه. فيميل إلى التراخي، وتظهر عليه كراهية المتعة بالحياة، وحدوث التشاؤم، والسوداوية.

وأسباب هذه المشكلة تعود إلى الجانب الوراثي، والانعكاسي من الأسرة، فبعض الأسر تبالغ في تربية أبنائها على الدلال، وتمارس الحماية الزائدة على الأبناء، مما يخلق لديه الخوف، والضعف، وعدم تحمل المسؤولية، بالإضافة إلى طبيعة الشخص صاحب الضمير المتضخم الذي يكبّر الأشياء

ويهوِّلها، فإذا حدث له موقف مخيف، تلبَّس به طوال حياته، وخزنه في اللاشعور، فأصبح هذا الحدث مخزَّناً في العقل الباطن، ومسيطراً عليه، فهو الذي يسيره، وليس العقل.

ولعلاج هذه المشكلة لابد للشاب أن يحكّم عقله دون عواطفه في المشكلة؛ فمثلاً قد يخاف الإنسان من دخول المصعد الكهربائي، لأسباب معينة؛ كسماعه قصة وفاة إنسان في مصعد ما، فعليه أن يغلِّب الجانب الإيجابي، ويحكِّم لغة العقل، ولو سأل نفسه: كم عدد من ماتوا من المصعد؟ يجد أنهم لا يصلون إلى نسبة (واحد في المليون) مثلاً.

ومن طرق العلاج: مصاحبة الأشخاص الذين تكون لديهم جرأة وإقدام؛ ليقتدي بهم، ويحاكيهم في المواقف التي يخاف منها؛ ليتمكن من حل مشكلته.

ومن طرق علاج مشكلة الفوبيا: التدرب على المواقف، وخوض التجارب، حتى وإن أخفق الإنسان في الوهلة الأولى، فسينجح حتماً.

ومن طرق العلاج: الالتحاق بالبرامج التدريبية، كدورات تطوير الذات؛ وقراءة كتب الشخصية، أما إذا زاد الأمر وخرج عن المألوف، فعلى الشاب مراجعة الطبيب النفسي.

العدوانية

العدوانية: سلوك مؤذٍ تجاه الآخرين، ويكون بالسب أو الشتم أو البصق أو الضرب، ويمثِّل نفساً تحمل الكراهية والعنف. وشخصية العدواني: انفعالية متهورة. وللعدوانية ثلاثة أقسام: عدوانية نحو الذات، وتكون بالضرب على

الجسم في حالات العصبية. وعدوانية نحو الأشياء، وتكون بقذف الأشياء وكسرها في حالة الغضب. وعدوانية نحو الآخرين، بالتعدي عليهم، وهي أخطر الأنواع وأكثرها ضرراً وشيوعاً.

والسلوك العدواني أسبابه عديدة؛ منها: الجانب الوراثي، ومنها سلوك الأسرة في مسألة العقاب البدني، فالأسر التي تستخدم الضرب في كل موقف وحركة وهمسة، تُؤصِّل العدوانية في نفوس أبنائها. وتُعزِّز مواقف الإرهاب والعنف عند المراهقين. كما أن حرمان الأبناء من الحب والعطف والحنان؛ وفقدانهم للأمن والأمان بسبب الطلاق والمشكلات الأسرية؛ يساهم في تأجيج الكراهية عندهم.

ومن أسباب العدوانية: مشاهدة أفلام الجريمة، واليُتم والحرمان وغيرها، مما ذكَرَتْه الدراسات حول العدوانية.

وتكون صور العدوانية عند المراهقين في المضاربات واستعمال الآلات الحادة، والعصا الغليظة والسلاسل، وكل ما يؤذي الآخرين. وتجد بعض المراهقين يمارس ألعاباً رياضية معينة لتدعيم العدوانية عنده؛ كمن يلعب الحديد، والكراتيه لهذا الغرض. ومن صور العدوانية: التفحيط بالسيارة، وتجاوز الناس، والتعدي على خطوطهم، ورفع أصوات أبواق السيارة (بواري).

والعدواني شخص يبغضه الجميع؛ لأنه يُلحق الضرر بالناس، ويُسقط كرامتهم بالتعدي عليهم، لكن الله يمهل ولا يهمل، فكم من دعوات رُفعت للسماء أسقطت هذا الشاب المتهور، وكم من أخطاء أوقعت المراهقين في شر قتلة وميتة. فهل تتمنى يا أخي الشاب أن تصيبك بلوى تندم بعدها

ولا ينفع الندم. أرجو منك زيارة أقسام الحوادث لترى وتسمع، وزيارة بعض السجون لترى حال بعض الشباب الذين ذهبوا نتيجة العدوانية، وهم ينتظرون حكم الله عليهم بالقصاص؛ علّك تستجيب لندائي.

ولعل أبرز الحلول التي تساعد بعض المراهقين للتخلص من العدوانية: أن يضبط نفسه ويكبح جماحه، ويتيقَّن أن التعدي على الناس عاقبته وخيمة. كما يجب عليك أخي الشاب الابتعاد عن أفلام الجريمة. ومما يساعد الشاب على ضبط نفسه عليه أن يعوِّد نفسه على رياضة الاسترخاء والتنفس بعمق في حالة وجود ما يثيره، وصحبة الشباب الطيبين، وأن يبعد عنه كل أداة ضارة، فلا يضع في سيارته الهراوات والأسلاك والسكاكين، وهذا أمر مهم وضروري، وعليه أن يعوِّد نفسه على التسامح والعفو؛ لما في ذلك من الأجر العظيم .

القلق

القلق: مرض عصري يعاني منه الشباب وكبار السن، وفي الآونة الأخيرة ارتفعت نسبته عند المراهقين أكثر من كبار السن، لظروف البطالة والفقر، ومشكلات الأسرة، وغيرها مما يهدد الإنسان.

القلق نوعان:

قلق دفعي، وهو قلق مطلوب أحياناً؛ ليرفع عند الإنسان درجة التحفُّز والتحدي والتنافس، وهو قلق حميد يكثر عند النفس التي تقدر الوقت، وتهتم بالإنجاز.

والنوع الثاني: قلق مَرَضِي، ينحرف بالإنسان إلى مرحلة من التوتر،

ويصل إلى الأرق أحياناً، وهو ذهاب النوم، أو الوسواس القهري، وغيرها من الأمراض.

والقلق له عدة صور عند الشباب أو المراهقين؛ منها: قلة النوم، والسهر الزائد، وزيادة التدخين، وقضم الأظافر، والحساسية، والعجلة، والعصبية الزايدة والتوتر، والتعرق عند المواقف السلبية.

من أسبابه: الطبيعة الوراثية والفسيولوجية للإنسان، وحالته المزاجية والانفعالية، أو حدوث أحداث مؤثرة؛ كالتهديد المستمر، وفقدان الأمن الوظيفي، والمشكلات الأسرية، والمرض، وضعف الإيمان

وحلول القلق: تكون جسدية أو روحية أو نفسية؛ فمن الحلول الجسدية: الرياضة (خاصة المشي، والسباحة، والابتعاد عن بعض المشروبات المنبهة، خاصة في المساء (قهوة، شاي) أو التخفيف منها وإبدالها بعصيرات (ليمون، برتقال)، أو أطعمة مهدئة (زعتر، وثوم، وزيت زيتون).

وأفضل الحلول النفسية للتخفيف من القلق، وهي أن تتوقع الأسوأ، لتخف عنك الضغوط، والحديث عما يدور داخلك مع من تحب الحديث معه، أو تنفيس ما بداخلك بالكتابة عن المشكلة التي تلجلج في صدرك.

ومن ضمن الحلول الناجعة: الاهتمام بالجانب الروحي الديني الإيماني، وذلك بالمحافظة على بعض الأذكار الصباحية والمسائية، التي علّمها لنا رسول الله صلى الله عليه وسلم؛ مثل: « اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن، والجبن والبخل، والعجز والكسل، وغَلَبَة الدّين وقهر الرجال». بالإضافة إلى الاستغفار الذي يجلّي الهم ويذهب الحزن، وسيد الاستغفار أن تقول: « اللهم أنت ربي لا إله إلا أنت، خلقتني وأنا عبدك، وأنا على عهدك

ووعدك ما استطعت، أعوذ بك من شر ما صنعت، أبوء لك بنعمتك علي، وأبوء بذنبي، فاغفر لي، فإنه لا يغفر الذنوب إلا أنت». والأذكار كثيرة جداً، لكن المحافظة على القليل والمداومة عليه خير من الكثير، ولَما قيل: قليل دائم خير من كثير منقطع. كما أنني أنصح (الشاب القلِق) بسماع شريط لا تحزن، أو قراءة كتاب لا تحزن للشيخ الدكتور عايض القرني.

أما في حالة استمرار القلق وتحوله إلى حالة مرضية لازمة، فلابد من تدخل الطبيب النفسي.

كيف تختار صديقك؟

اختيار الصديق مشكلة يقع فيها الكثير من المراهقين؛ مما يساهم في انحرافهم؛ لأن معاييرهم في الاختيار تُبنى على مواقف وانطباعات ومشاعر وجدانية، فسرعان ما ينساقون وراء أصدقاء السوء، ويقلدونهم ويحاكونهم، نتيجة إعجاب قد يتحول إلى عشق؛ وهو أمر خطير، وعواقبه وخيمة، وفيه دلالة على ضعف الشخصية، والتبعية للعقلية (الإمّعاوية) إمَّعَة.

إن خير تشبيه للقرين هو قول الرسول صلى الله عليه وسلم: «إنما مَثَلُ الجليس الصالح والجليس السوء كحامل المسك ونافخ الكير، فحامل المسك إما أن يُحذِيَك، وإما أن تبتاعَ منه، وإما أن تجدَ منه ريحاً طيبة، ونافخ الكير إما أن يحرقَ ثيابك، وإما أن تجد منه ريحاً منتنة».

والسؤال الذي أطرحه عليك أخي الشاب: كيف تختار صديقك؟ أو ما هي المعايير التي أستطيع من خلالها التمييز بين الصديق الحسن أو صديق السوء؟

من الصعوبة بمكان وضع معيار متَّفق عليه لاختيار الصديق؛ لاختلاف الثقافة وتنوع العادات، واختلاف القِيَم وغيرها. لكن بعض الدارسين حدد معايير؛ منها:

- المحافظ على صلاته .
- البار بوالديه .
- الصادق في صحبته .
- المهتم بدراسته .
- الناجح في عمله .
- المؤدب مع الآخرين .
- الذي لا يبالغ في السهر خارج المنزل .
- المقارب لك في السن والبيئة المحيطة.

خاتمة

هذا الكتيب: هو صيدلية متنقلة، تصلُح أن تكونَ في المنزل، وفي المدرسة، وفي المسجد، ويمكن أن يستفيدَ منها الأبُ والأمُ والمعلمُ والداعيةُ والمربي.

وحتى يتحوَّلَ الجانبُ النظري في هذا الكتيب إلى جانبٍ تطبيقيٍّ يمكن الاسترشادُ بهذه الوصفة الطبية (الروشتة) الخلاصة التربوية.

وصف الحالة

شاب مراهق يعاني مِنَ اضطرابات نفسية، وضغوط اجتماعية، وظروف أُسَرِيَّة، جعلته صاحبَ شخصية مهزوزة وصفاتٍ ممقوتةٍ.. وعلاجه... كالآتي:

أولاً: طرق الوقاية:

الدعاء، التربية والبيئة الصالحة، القدوة الصالحة، الصديق الصالح، الاستقرار الأسري.

ثانياً: المسكنات:

كسب ثقة المراهق، الحوار الهادئ، وتبادل الرأي معه، الاهتمام به وتقدير ذاته، الشفقة عليه ورحمته، اللِّين معه، الرفق به، حفظ أسراره.

ثالثاً: مضادات (مطهرات):

إشغال وقت فراغه، تنويع البرامج المقدَّمة له، تحميله مسؤولية الأسرة،

تكليفه بعدة مهمات، الاهتمام بدراسته، الحرمان، العقوبة المعنوية، العقوبة الحسية.

رابعاً: الفيتامينات (المنشطات):

الكلمة الطيبة، البشاشة، الثواب، التشجيع، المكافأة، الهدية، اللمسات الحانية.

وصلى الله على سيدنا ونبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

الهوامش

(١) رواه أحمد وأبو داود والحاكم. انظر:محمد ناصر الدين الألباني، صحيح الجامع، ط٣، بيروت، المكتب الإسلامي، ١٤٠٨هـ، رقم الحديث: ٢٥١٢.

(٢) متفق عليه. انظر: محمد فؤاد عبد الباقي، اللؤلؤ والمرجان فيما اتفق عليه الشيخان، دار الريان للتراث، ١٤٠٧هـ/١٩٨٦م، ج٢، ص٢٥٢.

(٣) رواه أحمد وأبو يعلى. وسنده حسن، وقد حسَّنه بعض أهل العلم مثل ابن الدَّيبع الشيباني، والإمام السخاوي، وضعفه ابن حجر. انظر:عبد الرحمن السخاوي: المقاصد الحسنة في بيان كثير من الأحاديث المشتهرة على الألسنة، ط٢، تحقيق محمد الخشت، بيروت، دار الكتاب العربي، ١٤١٤هـ،١٩٩٤م، ص١٥١.

(٤) ابن الأثير: النهاية في غريب الحديث والأثر، ط١، دار الكتب العلمية، ١٤١٨هـ، ج٣، ص١٠.

(٥) الرازي: مختار الصحاح، مكتبة لبنان، ١٩٨٦م، ص١٤٩.

(٦) الفيروز أبادي: القاموس المحيط، ط٣، بيروت، مؤسسة الرسالة، ١٤١٣هـ/ ١٩٩٣م، ص١١٤٧-١١٤٨ ؛ الرازي: مختار الصحاح، ص١٠٩.

(٧) محمد جميل وفاق عبد السلام: النمو من الطفولة إلى المراهقة، ط٤، جدة، تهامة للنشر، ١٤١٠هـ، ص٤٤.

(٨) حامد زهران: علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة)، ط١، القاهرة، ١٩٩٢م، ص٢٨٩-٢٩٠.

(٩) الموسوعة العربية الميسرة، محمد شفيق غربال، بيروت، دار نهضة لبنان، ١٩٨١م، ج٢، ص١٦٧٨.

(١٠) حامد زهران: علم نفس النمو، ص٢٩٠.

(١١) تصدى لمثل هذه الانحرافات وردَّها بمنهج الإسلام في التربية. بعضُ العلماء: كالدكتور عبد الله علوان (يرحمه الله) في كتابه «تربية الأولاد في الإسلام»، والشيخ محمد قطب في كتابه «منهج التربية الإسلامية».

(١٢) للاستزادة في مظاهر النمو عند المراهق، انظر المراجع الآتية: حامد سراج زهران: الطفولة والمراهقة، كتاب المعلم الصادر عن وزارة المعارف، ١٤١٨هـ : والدكتور محمد الثويني: فن التعامل مع مرحلة المراهقة، ط١، جدة، دار البلاغ، ١٤١٩هـ/١٩٩٨م : د. فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، القاهرة، دار الفكر العربي، ص٢٨٣-٢٥٠.

(١٣) للاستزادة في مظاهر النمو عند المراهق، انظر المراجع التالية: حامد سراج زهران: الطفولة والمراهقة، كتاب المعلم الصادر عن وزارة المعارف، ١٤١٨هـ: والدكتور محمد الثويني: فن التعامل مع مرحلة المراهقة، ط١، جدة، دار البلاغ، ١٤١٩هـ/١٩٩٨م؛ د.فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، القاهرة، دار الفكر العربي، ص٢٨٣-٢٥٠.

(١٤) انظر بعض هذه الأسباب وتفصيلاتها في كتاب تربية الأولاد في الإسلام، للدكتور عبد الله علوان، ط١٧، القاهرة، دار السلام، ١٤١٠هـ/١٩٩٠م، ج١، ص١١٩-١٤٩.

(١٥) انظر ما كتبه الشيخ محمد قطب من هذه المبادئ الأربعة في كتابه منهج التربية الإسلامية، ط٤، بيروت، دار الشروق، ١٤٠٣هـ،١٩٨٣م، ص٨٨-١٣٠.

(١٦) رواه مسلم، مختصر صحيح مسلم، للإمام زكي الدين المنذري، تحقيق محمد ناصر الدين الألباني، ص٤٧٤.

(١٧) رواه مسلم، المرجع السابق، ص٤٧٤.

(١٨) رواه أحمد بإسناد جيد، ورجاله رجال الصحيح. انظر: الغزالي: إحياء علوم الدين، تخريج العراقي، دمشق، مكتبة عبد الوكيل الدروبي، ج٢، ص٢٥٢.

(١٩) رواه مسلم: مختصر مسلم، ص٤٤.

(٢٠) انظر: صحيح الجامع، رقم الحديث ٣٠٠٤.

(٢١) انظر: أحكام المؤلفة قلوبهم: سيد سابق، فقه السنة، دار الفكر، بيروت، ١٤٠٧هـ، ص٣٨٧-٣٩٠.

(٢٢) انظر ما كتبه الشيخ محمد قطب في التربية باستنفاد الطاقة والتربية بشغل أوقات الفراغ: منهج التربية الإسلامية، ج٢، ص١٥٦.

(٢٣) انظر: الحديث بعدة روايات في مسلم: مختصر مسلم، ص٣٢٨.

(٢٤) انظر: مختصر البخاري؛ التجريد الصريح للزبيدي، ط٢، دمشق، دار اليمامة للنشر، ١٤٠٦هـ/١٩٨٦م، ص٦٧٠، رقم الحديث ١٩٤١، برواية أبي هريرة.

(٢٥) انظر: الحديث في رياض الصالحين للنووي، ط٢، الرياض، مكتبة المعارف، ١٤١٢هـ، ص١٣١، وهو حديث حسن، رواه أبو داود والترمذي.

(٢٦) انظر إلى الحكمة من العقاب، عبد الله علوان: تربية الأولاد في الإسلام، ج٢، ص٧١٣.

(٢٧) محمد قطب: منهج التربية الإسلامية، ج٢، ص١٤٢.

(٢٨) متفق عليه، انظر: اللؤلؤ والمرجان، ج٣، ص٢٠٣.

(٢٩) اللؤلؤ والمرجان، ج٣، ص١٩٠ الحاشية.

(٣٠) انظر موضوع منهج الإسلام في إصلاح الكبار: الشيخ الدكتور عبدالله علوان في (تربية الأولاد في الإسلام)، ج٢، ص٦٤٧-٦٤٩.

(٣١) متفق عليه، اللؤلؤ والمرجان، ج٢، ص٢٤٢.

(٣٢) متفق عليه، رياض الصالحين للنووي، ص٢٣٩.

(٣٣) يرى الشيخ عبد الله علوان بضرورة مصارحة الشاب جنسياً. انظر: تربية الأولاد في الإسلام، ج٢، ص٥٩٢.

(٣٤) انظر حديث الأعرابي؛ النووي، رياض الصالحين، ص٢٣٢.

(٣٥) مختصر مسلم، ص١٨.

(٣٦) مختصر مسلم، ص٤٩٢.

(٣٧) متفق عليه: اللؤلؤ والمرجان، ص٤٣٤-٤٣٥.

(٣٨) انظر: مختصر البخاري، ص٢٧، كتاب العلم.

(٣٩) انظر: كتاب العلم، باب من خصّ بالعلم قوماً دون قوم: فتح الباري لابن حجر، ط١، دار الريان للتراث، ١٤٠٧هـ، ج١، ص٢٧٢.

(٤٠) انظر الحديث في كتاب الحدود، مختصر البخاري، ص٧٠٩.

(٤١) انظر الحديث في كتاب الحدود، مختصر البخاري، ص٧٠٩.

المصادر والمراجع

١- ابن الأثير، مجد الدين المبارك بن محمد: النهاية في غريب الحديث والأثر، ط١، دار الكتب العلمية، بيروت: ١٤١٨هـ.

٢- الألباني، محمد ناصر الدين: صحيح الجامع، ط٢، بيروت: المكتب الإسلامي، ١٤٠٨هـ.

٣- الثويني، محمد: فن التعامل مع مرحلة المراهقة، ط١، جدة:دار البلاغ، ١٤١٩هـ/ ١٩٩٨م.

٤- جميل، محمد وفاروق عبد السلام: النمو من الطفولة إلى المراهقة، ط٤، جدة: تهامة للنشر، ١٤١٠هـ.

٥- ابن حجر، أحمد بن علي: فتح الباري بشرح صحيح البخاري، ط١، دار الريان للتراث، ١٤٠٧هـ.

٦- الرازي، محمد بن أبي بكر: مختار الصحاح، مكتبة لبنان، ١٩٨٦م.

٧- الزبيدي، مختصر البخاري: (التجريد الصريح)، ط٢، دمشق: دار اليمامة للنشر، ١٤٠٦هـ/١٩٨٦.

٨- زهران، حامد: علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة)، ط١، القاهرة:١٩٩٢م.

٩- سابق، سيد: فقه السنة، دار الفكر، بيروت: ١٤٠٧هـ.

١٠- السخاوي، محمد بن عبد الرحمن: المقاصد الحسنة في بيان كثير من الأحاديث المشتهرة على الألسنة، ط٢، تحقيق محمد الخشت، بيروت: دار الكتاب العربي، ١٤١٤هـ/١٩٩٤م.

١١- السيد، فؤاد البهي: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، القاهرة: دار الفكر العربي، د.ت.

١٢- عبد الباقي، محمد فؤاد: اللؤلؤ والمرجان فيما اتفق عليه الشيخان، دار الريان للتراث، ١٤٠٧هـ/١٩٨٦م، ج٢.

١٣- علوان، عبد الله: تربية الأولاد في الإسلام، ط١٧، القاهرة: دار السلام، ١٤١٠هـ/١٩٩٠م.

١٤- غربال، محمد شفيق: الموسوعة العربية الميسرة، بيروت: دار نهضة لبنان، ١٩٨١م.

١٥- الغزالي، أبو حامد محمد بن محمد: إحياء علوم الدين، دمشق: مكتبة عبد الوكيل الدروبي، د.ت.

١٦- الفيروزأبادي، محمد بن يعقوب: القاموس المحيط، ط٣، بيروت: مؤسسة الرسالة، ١٤١٣هـ/١٩٩٣م.

١٧- قطب، محمد: منهج التربية الإسلامية، ط٤، بيروت:دار الشروق، ١٤٠٣هـ/ ١٩٨٣م.

١٨- المنذري، زكي الدين: مختصر صحيح مسلم، تحقيق محمد ناصر الدين الألباني، أسيوط، د.ت.

١٩- النووي، يحيى بن شرف: رياض الصالحين، ط٣، الرياض، مكتبة المعارف، ١٤١٢هـ.

٢٠- كتاب المعلم الصادر عن وزارة المعارف، ١٤١٨هـ.

السيرة الذاتية للمؤلف

إبراهيم بن يوسف بن علي الأقصم، من مواليد جدة ١٣٨٤هـ. متزوج وله خمسة أبناء.. مشرف تدريب بمركز التدريب التربوي/ تعليم جدة.

المؤهلات العلمية والتربوية:

- بكالوريوس تاريخ إسلامي (١٤٠٦هـ) جامعة الملك عبد العزيز بجدة.
- دبلوم عام في التربية (١٤١١هـ -١٤١٢هـ) جامعة أم القرى.
- دبلوم عام في الإشراف التربوي جامعة أم القرى ١٤١٨-١٤١٩هـ.
- ماجستير تاريخ إسلامي (١٤٢٠هـ) جامعة الملك عبد العزيز بجدة.
- دكتوراه في التاريخ الإسلامي (١٤٢٥هـ) جامعة الملك عبد العزيز بجدة.
- حصل على إجازة في علم مصطلح الحديث (١٤٢٥هـ).

الخبرات العملية:

- يعمل في قطاع التعليم منذ ١٤٠٦هـ ولا يزال (وزارة التربية والتعليم/محافظة جدة).
- عمل معلماً لجميع مراحل التعليم العام: الابتدائي والمتوسط والثانوي والتعليم الليلي.
- قام بتدريس عدة مواد: سيرة وتاريخ /جغرافيا / وطنية / علم نفس / علم اجتماع.
- عمل رائداً للنشاط لمدة عامين ضمن عمله كمعلم. (١٤١٥-١٤١٦هـ).
- عين مشرفاً تربوياً ١٤١٧هـ - ١٤٢٥. (مشرف اجتماعيات).
- عين مساعداً لمدير مركز الإشراف التربوي بشمال جدة (١٤٢٠- ١٤٢٢هـ).
- عضو الجمعية التاريخية السعودية.

- عضو فريق التخطيط الاستراتيجي بملتقى البحر الصيفي.
- مستشار تدريبي بالمكتب التعاوني للدعوة.
- باحث غير متفرغ بموسوعة مكة والمدينة التابعة لمؤسسة الفرقان.
- مدرس متعاون في كلية المعلمين.
- متعاون مع مركز خدمة المجتمع بجامعة الملك عبدالعزيز.
- متعاون مع الندوة العالمية للشباب الإسلامي (برامج تدريبية)
- حاليا، مشرف تدريب بمركز التدريب التربوي (وحدة المشرفين التربويين)

الدورات التربوية :

- دورة تدريب المدربين (شهادة دولية من المركز العربي للتدريب التربوي لدول الخليج).
- حصل على عدة دورات تربوية وإدارية واجتماعية.
- قدم عدة دورات التربوية في مجال المراهقة والإشراف التربوي وتعديل السلوك والاتصال والشخصية.

الآثار العلمية والتربوية :

- قدم عدة مقالات علمية وتربوية وتاريخية ضمن الصحافة المحلية، ومجلة المعرفة.
- قدّم عدة أبحاث ودراسات وشارك في عدة لقاءات تربوية على مستوى وزارة التربية والتعليم.
- المشاركة ضمن لقاءات المشرفين التربويين على مستوى المملكة العربية السعودية.
- شارك في لجان تحكيم العديد من الدراسات التربوية.
- حكّم العديد من رسائل الماجستير التربوية.

- حاضر في العديد من المراكز العلمية والتربوية والاجتماعية مثل ملتقى البحر الصيفي والمستشفى السعودي الألماني، ومراكز تحفيظ القرآن، وأكاديمية الأمير سلطان.
- مشارك في مؤتمرات تاريخية ضمن لقاءات الجمعية التاريخية السعودية.
- شارك في برنامج مستشارك (القناة الأولى بالتلفزيون السعودي) (حلقتان عن العنف)
- شارك بعدة حلقات تربوية في إذاعة البرنامج الثاني.
- مدرب سلوكيات في أكاديمية النادي الأهلي.

له عدة كتب علمية وتربوية :

- المراهقة المبكرة: (رسالة لمعلم المرحلة المتوسطة) مؤسسة النهرين ١٤٢٠هـ..
- صيدلية المراهق: مؤسسة النهرين الإسلامية ١٤٢١هـ.
- المختصر في المسميات والمصطلحات التاريخية والجغرافية: دار المجتمع١٤٢٢ هـ.
- الدولة الأموية في كتابات المسعودي، دار المجتمع ١٤٢٤هـ..
- الأربعون المسجدية في السيرة النبوية. (١٤٢٦هـ) (نشر المؤلف)
- سلسلة القوانين في التاريخ الإسلامي (التفسير الديني) ١٤٢٨هـ (نشر المؤلف)
- أثر الأحاديث النبوية على الكتابات التاريخية، (١٤٢٩هـ) نشر مركز الملك فيصل.

أصدر عدة نشرات تربوية أبرزها :

- نشرة بعنوان: أهمية الأهداف الوجدانية في تدريس الاجتماعيات ١٤١٧هـ
- نشرة بعنوان: أهمية تدريس التاريخ. ١٤١٩هـ

- نشرة بعنوان: فن التعامل مع الطلاب ١٤٢١هـ.

- نشرة بعنوان:التحذير من القصص الضعيفة والمنكرة في السيرة النبوية.١٤٢٥

شهادات الشكر والتكريم:

- حصل على جائزة الأداء المتميز في مجال الإشراف التربوي ١٤٢١هـ.

- حصل على جائزة الإبداع في حفل تكريم المبدعين بتعليم جدة ١٤٢١هـ.

- كرّم على مستوى الجامعة في مراحل البكالوريوس والماجستير والدكتوراه.

- حصل على عدة شهادات تقديرية معلما ومشرفاً ومدرباً.



مطبعة
مركز الملك فيصل
للبحوث والدراسات الإسلامية

المؤلف

- دكتوراه في الفلسفة /تاريخ / ١٤٢٦ جامعة الملك عبد العزيز.
- دبلوم عام في التربية، ١٤١٢هـ ودبلوم خاص في الإشراف التربوي١٤١٩هـ.
- عمل مشرفا تربويا لمواد العلوم الاجتماعية.
- درس مادة تصميم البرامج التدريبية، جامعة الملك عبدالعزيز/كلية المعلمين.
- مستشار تدريبي بمركز الدعوة (العزيزية) ومركز المودة الاجتماعي.
- مستشار قسم الدراسات والتطوير بمركز المودة الاجتماعي.
- مستشار أسري بموقع إعفاف.
- مشارك في العديد من المؤسسات التربوية و الاجتماعية و الخيرية و الدعوية.
- مشارك في العديد من الفعاليات الثقافية و العلمية .
- عمل ضمن فريق التخطيط الإستراتيجي بملتقى البحر الصيفي بجدة.
- عمل مدرب سلوكيات بأكاديمية النادي الأهلي .
- له عدة مؤلفات علمية و تربوية .
- كاتب صحفي بجريدة الرياضي (زاوية أسبوعية بعنوان: صيدلية المراهق)
- له عدة حلقات تربوية في الإذاعة والتلفزيون السعودي.
- درب مئات المعلمين والمشرفين والإداريين، وشرائح مختلفة من المجتمع.
- حاصل على جائزة الأداء المتميز بتعليم جدة، ١٤٢١هـ.

في هذا الكتاب

- المراهقة بين الإفراط والتفريط
- الأسباب التي تؤدي إلى انحراف المراهق
- كيف نبني الثقة عند المراهق (خطوات عملية)
- خطوات عملية في كيفة الحوار مع المراهق
- ضوابط اختيار الصديق الحسن (معايير)
- قواعد أساسية في تربية الصغار والكبار
- نصائح للأسرة في التعامل مع المراهق
- خطوات مهمة للمعلم في كسب المراهق
- أنشطة مدرسية لتعديل سلوك المراهق
- الداعية والخطيب وفن التعامل مع المراهق
- وصفة علاجية (روشتة) (خلاصة تربوية)

